SHARP

Achtung
Avertissement
Waarschuwing

R-940 **R-94ST**

R-940 / R-94ST

MIKROWELLENGERÄT MIT GRILL UND HEISSLUFT - BEDIENUNGSANLEITUNG MIT KOCHBUCH
FOUR A MICRO-ONDES AVEC GRIL ET CONVECTION - MODE D'EMPLOI AVEC LIVRE DE RECETTES
MICROGOLFOVEN MET GRILL EN CONVECTIE - GEBRUIKSAANWIJZING MET KOOKBOEK

DEUTSCH
FRANÇAIS
NEDERLANDS

(D)

Diese Bedienungsanleitung enthält wichtige Informationen, welche Sie vor Inbetriebnahme des Gerätes unbedingt sorgfältig durchlesen sollten.
Achtung: Die Nichtbeachtung der Gebrauchs- und Serviceanweisungen sowie jeglicher Eingriff, der das Betreiben des Gerätes in geöffnetem Zustand (z.B. geöffnetes Gehäuse) erlaubt, führt zu erheblichen Gesundheitsschäden.

(F)

Ce mode d'emploi du four contient des informations importantes, que vous devez lire avant d'utiliser votre four à micro–ondes.
Avertissement: Des risques sérieux pour la santé peuvent être encourus si ces instructions d'utilisation et d'entretien ne sont pas respectées ou si le four est modifié de sorte qu'il soit possible de le faire fonctionner lorsque la porte est ouverte.

(NL)

Deze gebruiksaanwijzing bevat belangrijke informatie die u dient te lezen alvorens u de oven in gebruik neemt.
Waarschuwing: Het niet naleven van de gebruiks- en onder- houdsvoorschriften evenals elke ingreep die het mogelijk maakt dat het toestel in niet-gesloten toestand in werking kan gesteld worden, kan leiden tot ernstige gezondheidsletsels.

1050 W (IEC 60705)

(D) Sehr geehrter Kunde,

Wir gratulieren Ihnen zu Ihrem neuen Mikrowellengerät, das Ihnen ab jetzt die Arbeit im Haushalt wesentlich erleichtern wird.
Sie werden angenehm überrascht sein, was man mit Ihrer Kombi-Mikrowelle alles machen kann. Sie können nicht nur schnell Speisen auftauen und erhitzen, sondern auch ganze Menüs zubereiten. Die Kombination von Mikrowelle, Heißluft und Grill bedeutet, dass die Nahrungsmittel gleichzeitig gegart und gebräunt werden können, und dies sehr viel schneller als mit herkömmlichen Garverfahren.
In unserer Versuchsküche hat das Mikrowellen-Team eine Auswahl der köstlichsten internationalen Rezepte zusammengestellt, die Sie schnell und einfach nachkochen können.
Lassen Sie sich von den beigefügten Rezepten inspirieren und bereiten Sie Ihre Lieblingsgerichte in der Mikrowelle zu.
Sicher werden Sie von den zahlreichen Vorteilen eines Mikrowellengerätes begeistert sein:

- Speisen können direkt in den Portionstellern zubereitet werden, dadurch entsteht weniger Abwasch.
- Durch kürzere Garzeiten und die Verwendung von wenig Wasser und Fett bleiben viele Vitamine, Mineralien und Aromen erhalten.

Wir empfehlen Ihnen, die Bedienungsanleitung und den Ratgeber genau durchzulesen.
So wird Ihnen die Bedienung Ihres Gerätes leicht von der Hand gehen.

Viel Spaß beim Umgang mit Ihrem neuen Kombi-Mikrowellengerät und beim Ausprobieren der köstlichen Rezepte.
Ihr Mikrowellen-Team

(D) INHALT

Bedienungsanleitung

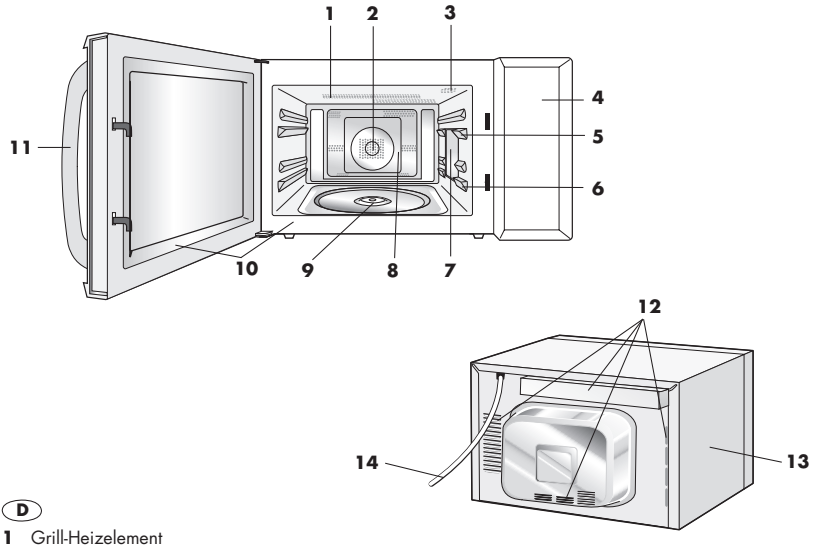
SEHR GEEHRTER KUNDE D-1
GERÄT D-2
ZUBEHÖR D-3
SONDERZUBEHÖR D-3
BEDIENFELD D-4
WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE D-5-7
AUFSTELLANWEISUNGEN D-7
VOR INBETRIEBNAHME D-8
AUSWÄHLEN DER SPRACHE D-8
VERWENDUNG DER STOP-TASTE D-9
MIKROWELLENLEISTUNG D-10
GAREN MIT DER MIKROWELLE D-11
GRILLBETRIEB D-12
HEIZEN OHNE SPEISEN D-12
HEISSLUFTBETRIEB D-13-14
KOMBI-BETRIEB D-15-16
ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN D-17-19
AUTOMATIK-BETRIEB D-20-21
TABELLE: EXPRESS GAREN D-21
TABELLE: EXPRESS AUFTAUEN D-22
HINWEIS: EXPRESS AUFTAUEN D-23
TABELLE: ERHITZUNGS-AUTOMATIK D-23
TABELLE: GAR-AUTOMATIK D-24
REZEPTE FÜR RK-T11-A (QUADRATISCHES BACKBLECH/ROST) D25-27
REINIGUNG UND PFLEGE D-28
FUNKTIONSPRÜFUNG D-29

Kochbuch

WAS SIND MIKROWELLEN? D-30
DAS KANN IHR NEUES KOMBI-MIKROWELLENGERÄT D-30
DAS GEEIGNETE GESCHIRR D-31-32
TIPPS UND TECHNIKEN D-32-34
ERHITZEN D-35
AUFTAUEN D-35
AUFTAUEN UND GAREN D-36
GAREN VON FLEISCH, FISCH UND GEFLÜGEL D-36
GAREN VON FRISCHEM GEMÜSE D-36
ZEICHENERKLÄRUNG D-37
TABELLEN D-38-40
REZEPTE D-41-67
TECHNISCHE DATEN D-68
ENTSORGUNGSINFORMATIONEN D-68

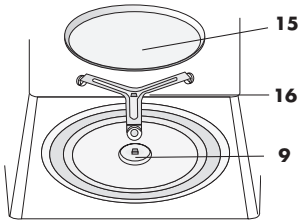
SERVICE NIEDERLASSUNGEN . . . . . I-IV

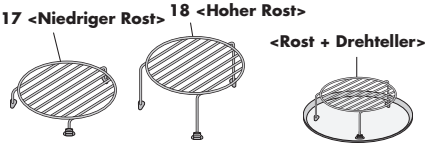
GERÄT

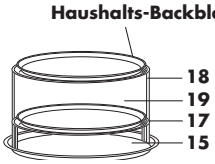


(D)

1 Grill-Heizelement
2 Heißluft-Heizelement
3 Garraumlampe
4 Bedienfeld
5 Einschubschiene (Schiene 1)
6 Einschubschiene (Schiene 2)
7 Spritzschutz für den Hohlleiter
8 Garraum
9 Antriebswelle
10 Türdichtungen und Dichtungsoberflächen
11 Türgriff
12 Lüftungsöffnungen
13 Außenseite
14 Netzanschlusskabel







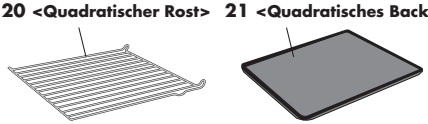
(D) ZUBEHÖR

Überprüfen, ob die Zubehörteile vorhanden sind:
15 Drehteller, **16** Drehteller-Träger, **17** Niedriger Rost (Höhe: 4 cm), **18** Hoher Rost (Höhe: 15,5 cm), **19** Backblech.

- Den Drehteller-Träger auf die Antriebswelle in die Mitte des Gerätebodens legen. Stellen Sie bitte dabei sicher, dass die TOP markierte Oberseite nach oben weist. Der Drehteller-Träger sollte sich nun reibungslos um die Antriebswelle drehen lassen.
- Platzieren Sie nun den Drehteller auf den Drehteller-Träger.
- Bei Bedarf das hohe/niedrige Rost auf den Drehteller stellen. Diese Roste werden zum Garen im Heißluft-, Kombi- oder Grillmodus verwendet.
- Die Backbleche sollten nur zum Backen von Gebäck im Heißluftbetrieb verwendet werden. Stellen Sie das Backblech auf den niedrigen Rost. Wenn Sie in zwei Ebenen gleichzeitig backen möchten, verwenden Sie bitte ein zusätzliches Haushaltsbackblech (nicht mit dem Gerät mitgeliefert) für das hohe Rost, siehe Anordung in der gegenüberliegenden Zeichnung.

HINWEIS:

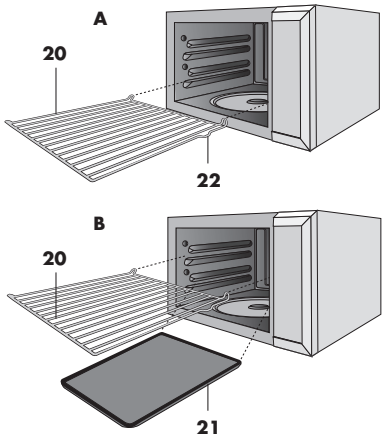
- Das Gerät nur betreiben, wenn der Drehteller und der Drehteller-Träger korrekt installiert worden sind. Dies fördert ein gleichmäßiges Garergebnis. Ein schlecht installierter Drehteller kann klappern, sich nicht richtig drehen und dadurch das Gerät beschädigen.
- Der Drehteller dreht sich sowohl im als auch gegen den Uhrzeigersinn. Die Drehrichtung kann sich bei jedem erneuten Starten des Geräts ändern. Dies hat keine Auswirkungen auf das Garergebnis.
- Bei der Bestellung von Zubehör teilen Sie Ihrem Händler oder dem SHARP-Kundendienst bitte folgende Angaben mit: Name des Zubehörteils und Bezeichnung des Modells. Das Gerät wird mit 2 Rosten (hohem und niedrigen) und einem Backblech geliefert.

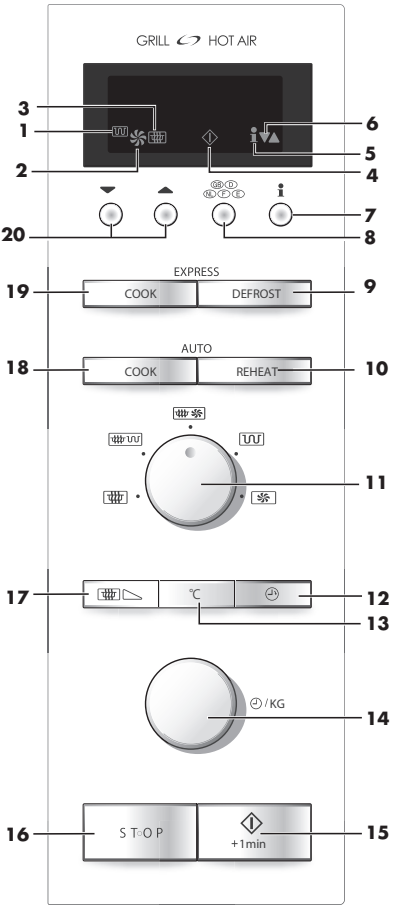


(D)

WAHLWEISES ZUBEHÖR (RK-T11-A):

- Ein quadratisches Rost (20) und ein quadratisches Backblech (21) sind als Zubehör für dieses Gerät erhältlich.
- Wenn Sie entweder das Quadratische Rost oder das quadratische Backblech benutzen, empfehlen wir Ihnen, dass Sie sie auf der 2. Schiene, wie im Diagramm A gezeigt, platzieren. Benutzen Sie beide, platzieren Sie das Blech auf der 2. Schiene, und das quadratische Rost wie im Diagramm B gezeigt, auf der 1. Schiene. Beim Benutzen des quadratischen Rosts sicherstellen, dass sich der Rostpositionierer auf (22) der rechten Seite befindet.
- Diese Teile gehören zum Mikrowellengerät R-940. Nur zum Garen mit Heißluft verwenden Siehe Seite D-14.





(D) BEDIENFELD

Anzeigen und Symbole:

1 Symbol für **GRILL**
2 Symbol für **HEISSLUFT**
3 Symbol für **MIKROWELALE**
4 Symbol für **GARVORGANG**
5 Symbol für **INFORMATION**
6 Anzeige **KÜRZER/LÄNGER**

Bedienungstasten:

7 INFORMATIONS-Taste
8 SPRACHEN-Taste
9 EXPRESS-AUFTAUEN-Taste
10 ERHITZUNGS-AUTOMATIK-Taste
11 Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART**
- für Mikrowellengaren
- für Mikrowellengaren mit GRILL
- für Mikrowellengaren mit HEISSLUFT
- für GRILL
- für HEISSLUFT

12 ZEITSCHALTUHR-Taste
13 HEISSLUFT-Taste
Zum Ändern der Heißlufttemperatur
14 ZEIT/GEWICHTS-Knopf
Geben Sie mit diesem Knopf entweder die Gar-oder Auftauzeit bzw. das Gewicht der Speise ein.
15 (START)/+1Min-Taste
16 STOP-Taste
17 MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN-Taste
Zum Ändern der Mikrowellenleistung
18 GAR-AUTOMATIK-Taste
19 EXPRESS-GAREN-Taste
20 KÜRZER/LÄNGER-Tasten

WICHTIG FÜR IHRE SICHERHEIT: LESEN SIE DIE FOLGENDEN HINWEISE AUFMERKSAM DURCH, UND BEWAHREN SIE DIE BEDIENUNGSANLEITUNG AUF

1. Dieses Gerät ist ausschließlich für den Gebrauch auf einer Arbeitsplatte vorgesehen. Er ist nicht für den Einbau in einen Küchenschrank bestimmt. Stellen Sie den Ofen nicht in einen Schrank.
2. Die Gerätetür kann beim Kochen heiß werden. Stellen oder montieren Sie das Mikrowellengerät in einer Entfernung von etwa 85 cm oder mehr vom Fußboden. Kinder von der Tür fernhalten, um Verbrennungen zu vermeiden.
3. Stellen Sie sicher, dass über dem Gerät ein Freiraum von mindestens 13 cm vorhanden ist.
4. Dieses Gerät darf von Personen (einschließlich Kindern) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten bzw. mangelnder Erfahrung oder mangelnden Kenntnissen nur dann verwendet werden, wenn sie unter Aufsicht einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person stehen oder von dieser in der Verwendung des Gerätes unterwiesen wurden.
5. Kinder sind zu beaufsichtigen, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.
6. **WARNUNG:** Kinder dürfen das Gerät nur dann ohne Aufsicht benutzen, wenn sie ausreichende Anweisungen zur sicheren Benutzung erhalten haben und die Gefahren eines unsachgemäßen Gebrauchs verstehen.
7. **WARNUNG:** Wenn das Gerät in der Betriebsart GRILL, HEISSLUFT, KOMBI, EXPRESS-GAREN verwendet wird, sollten Kinder wegen der entstehenden Hitze das Gerät nur unter Aufsicht von Erwachsenen benutzen.
8. **WARNUNG:** Zugängliche Teile können während der Benutzung heiß werden. Kleine Kinder sollten ferngehalten werden.
9. **WARNUNG:** Falls die Tür bzw. die Türdichtungen beschädigt sind, darf das Gerät vor der Reparatur durch eine kompetente Person nicht betrieben werden.
10. **WARNUNG:** Nehmen Sie unter keinen Umständen Reparaturen oder Änderungen an Ihrem Mikrowellengerät selbst vor. Reparaturen, insbesondere solche, bei denen die Abdeckung des Gerätes entfernt werden muss, dürfen ausschließlich von entsprechend qualifizierten Technikern vorgenommen werden.
11. Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es durch ein neues Spezialkabel ersetzt werden. Bitte das Auswechseln durch einen von SHARP autorisierten Kundendienst vornehmen lassen.
12. **WARNUNG:** Speisen in flüssiger und anderer Form dürfen nicht in verschlossenen Gefäßen erhitzt werden, da sie explodieren könnten.
13. Die Erhitzung von Getränken durch Mikrowellen kann verspätetes Aufwallen verursachen. Bei der Handhabung der Gefäße ist daher Vorsicht geboten.
14. Eier nicht in der Schale kochen. Hartgekochte Eier dürfen nicht in Mikrowellengeräten erwärmt werden, da sie selbst nach der Erwärmung noch explodieren können. Zum Kochen oder Aufwärmen von Eiern, die nicht verquirlt oder verrührt wurden, das Eigelb und Eiweiß anstechen, damit es nicht explodiert. Vor dem Aufwärmen im Mikrowellengerät die Schale von gekochten Eiern entfernen und die Eier in Scheiben schneiden.
15. Es ist zu prüfen, ob das verwendete Kochgeschirr für den Einsatz in Mikrowellengeräten geeignet ist. Siehe Seite D-31. Verwenden Sie nur mikrowellensichere Behälter und Geräte in den Mikrowellen-Modi.
16. Der Inhalt von Saugflaschen und Babynahrungsbehältnissen muss vor dem Gebrauch geschüttelt bzw. gerührt werden und die Temperatur muss vor dem Verzehr geprüft werden, um Verbrennungen zu vermeiden.
17. Die Tür, das äußere Gehäuse, der Garraum, das Geschirr, das Zubehör und besonders die Grillelemente werden während des Betriebs sehr heiß. Achten Sie darauf, dass Sie diese Bereiche nicht berühren. Verwenden Sie stets dicke Ofenhandschuhe, um Verbrennungen zu vermeiden. Vor der Reinigung müssen Sie sicherstellen, dass das Gerät und sein Zubehör nicht mehr heiß sind.
18. Niemals das Gerät unbeaufsichtigt lassen, wenn Kunststoff- oder Papier-Behälter zum Erwärmen von Lebensmitteln verwendet werden. Diese könnten überhitzen und sich entzünden.
19. Wird Rauch festgestellt, ist das Gerät auszuschalten oder der Netzstecker abzuziehen und die Tür geschlossen zu halten, damit eventuelle Flammen erstickt werden.
20. Reinigen Sie das Gerät in regelmäßigen Abständen und entfernen Sie alle Lebensmittelreste.
21. Wird das Gerät nicht in gereinigtem Zustand gehalten, kann dies zu einer Beschädigung der Oberfläche führen, was die Gebrauchsdauer des Gerätes nachteilig beeinflussen und möglicherweise zu einer Gefahrensituation führen kann.
22. Verwenden Sie keine scharfe Scheuermittel oder scharfe Metallschaber, um die Glasscheibe der Gerätetür zu reinigen, da Sie die Oberfläche des Glases verkratzen, oder das Glas beschädigen könnten.
23. Dampfreiniger dürfen nicht verwendet werden.
24. Siehe Anweisungen zur Reinigung der Türdichtungen, Hohlräume und angrenzende Teile auf Seite D-28.

Zur Vermeidung von Feuer.

1. **Mikrowellengeräte sollten während des Betriebs nicht unbeaufsichtigt gelassen werden. Zu hohe Leistungsstufen oder zu lange Garzeiten können das Gargut überhitzen und Feuer verursachen.**
2. Die Steckdose muss ständig zugänglich sein, sodass der Netzstecker im Notfall einfach abgezogen werden kann.
3. Die Netzspannung muss 230 V Wechselstrom, 50 Hz betragen und sollte mit einer Sicherung von mindestens 16A oder einem Sicherungsautomaten von mindestens 16A ausgestattet sein.
4. Eine getrennte, nur dem Betrieb dieses Gerätes dienende Schaltung sollte vorgesehen werden.
5. Das Gerät nicht an Orten aufstellen , an denen Wärme erzeugt wird. z.B. in der Nähe eines konventionellen Herdes.
6. Das Gerät nicht an Orten aufstellen, an denen eine hohe Luftfeuchtigkeit vorhanden ist oder sich Kondenswasser bilden kann.
7. Das Gerät nicht im Freien lagern oder aufstellen.
8. Spritzschutzabdeckung, den Garraum, den Drehteller und Drehteller-Unterstützung nach dem Gebrauch reinigen. Diese Bauteile sollten trocken und fettfrei sein. Zurückbleibende Fettspritzer können überhitzen, zu rauchen beginnen oder sich entzünden.
9. Keine brennbaren Materialien in der Nähe des Gerätes oder der Lüftungsöffnungen lagern.
10. Niemals die Lüftungsöffnungen blockieren.
11. Alle Metallverschlüsse, Drähte usw. von Lebensmitteln und Verpackungen entfernen. Funkenbildung auf Metalloberflächen kann zu Feuer führen.
12. Verwenden Sie die Mikrowelle nicht, um Öl zum Frittieren zu erhitzen. Temperaturen können nicht kontrolliert werden, und das Fett kann sich entzünden.
13. Um Popcorn zuzubereiten darf nur für Mikrowellengeräte vorgesehenes Popcorn-Geschirr verwendet werden.
14. Keine Lebensmittel oder anderen Gegenstände im Gerät lagern.
15. Die Einstellungen nach dem Starten des Gerätes überprüfen , um sicherzustellen, dass das Gerät wie gewünscht arbeitet.
16. Zur Vermeidung von Überhitzung und Feuer sollte besonders vorsichtig vorgegangen werden, wenn Lebensmittel mit besonders hohem Zucker- oder Fettgehalt gegart oder aufgewärmt werden, z.B. Würstchen, Kuchen oder andere Süßspeisen.
17. Siehe die entsprechenden Hinweise in dieser Bedienungsanleitung sowie im beigefügten Kochbuchabschnitt.

Zur Vermeidung von Verletzungen

1. **WARNUNG:**
   Das Gerät nicht betreiben, wenn es beschädigt ist oder Fehlfunktionen aufweist. Überprüfen Sie vor dem Betrieb die folgenden Punkte:
   a) Die Tür muss einwandfrei schließen und darf nicht falsch ausgerichtet oder verzogen sein.
   b) Die Scharniere und Türsicherheitsverriegelungen dürfen nicht beschädigt oder lose sein.
   c) Die Türdichtungen und Dichtungsoberflächen dürfen nicht beschädigt sein.
   d) Im Garraum und an der Tür dürfen keine Dellen vorhanden sein.
   e) Das Netzkabel und der Netzstecker dürfen nicht beschädigt sein.
2. Gerät nicht bei geöffneter Tür oder mit auf irgendeine Weise veränderter Türsicherheitsverriegelung betreiben.
3. Niemals das Gerät betreiben, wenn sich Gegenstände zwischen den Türdichtungen und den Dichtungsoberflächen befinden.
4. **Vermeiden Sie die Ansammlung von Fett oder Verschmutzungen auf den Türdichtungen und angrenzenden Teilen. Reinigen Sie das Gerät in regelmäßigen Abständen und entfernen Sie alle Lebensmittelreste. Folgen Sie den Anweisungen "Pflege und Reinigung" auf Seite D-28.**
5. Personen mit HERZSCHRITTMACHERN sollten ihren Arzt oder den Hersteller des Herzschrittmachers nach Vorsichtsmaßnahmen beim Umgang mit Mikrowellengeräten befragen.

Zur Vermeidung von elektrischem Schlag

1. Unter keinen Umständen sollte das äußere Gehäuse entfernt werden.
2. Niemals Flüssigkeiten in die Öffnungen der Türsicherheitsverriegelung oder Lüftungsöffnungen kommen lassen oder Gegenstände in diese Öffnungen stecken. Wenn Flüssigkeiten verschüttet werden, müssen Sie sofort das Gerät ausschalten, den Netzstecker ziehen und den SHARP-Kundendienst anfordern.
3. Niemals das Netzkabel bzw. den Netzstecker in Wasser oder andere Flüssigkeiten legen.
4. Das Netzkabel sollte nicht über die Kante eines Tisches oder einer Arbeitsfläche gelegt werden.
5. Das Netzkabel von erhitzten Flächen, insbesondere der Geräterückseite, fernhalten.
6. Versuchen Sie nicht, die Garraumlampe selbst zu ersetzen. Dies darf nur durch einen von SHARP autorisierten Elektriker vorgenommen werden. Wenn die Garraumlampe ausfällt, wenden Sie sich bitte an Ihren Händler oder einen autorisierten SHARP-Kundendienst.

Zur Vermeidung von Explosionen und plötzlichem Sieden:

1. Niemals verschlossene Behälter verwenden. Verschlüsse und Abdeckungen entfernen. Verschlossene Behälter können durch den Druckanstieg selbst nach dem Ausschalten des Gerätes noch explodieren.
2. Beim Erhitzen von Flüssigkeiten vorsichtig vorgehen. Behälter mit großer Öffnung verwenden, damit entstehende Blasen entweichen können.

   Niemals Flüssigkeiten in schmalen, hohen Gefäßen wie z.B. Babyflaschen erhitzen, da der Inhalt herausspritzen und zu Verbrennungen führen könnte.

   Um Verbrennungen durch plötzliches Überkochen (Siedeverzug) zu vermeiden:

   1. Keine extrem langen Zeiten einstellen (Siehe Seite D-39).

   2. Flüssigkeiten vor dem Kochen/Erhitzen umrühren.

   3. Es wird empfohlen, während des Erhitzens einen Glasstab oder ähnlichen Gegenstand (kein Metall) in die Flüssigkeit zu stecken.

   4. Nach dem Erhitzen die Flüssigkeiten noch mindestens 20 Sekunden im Gerät lassen, um verspätetes Aufwallen durch Siedeverzug zu verhindern.
3. Die Schale von Lebensmitteln, z.B. Kartoffeln, Würstchen oder Obst, vor dem Garen anstechen, damit sie nicht explodieren.

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Zur Vermeidung von Verbrennungen

1. Beim Entnehmen von Gargut aus dem Garraum sollten Topflappen oder Ofenhandschuhe verwendet werden, um Verbrennungen zu vermeiden.
2. Öffnen Sie Behälter, Popcorngeschirr, Kochbeutel usw. von den Händen abgewandt, um Verbrennungen durch Dampf zu vermeiden.
3. **Um Verbrennungen zu vermeiden, immer die Lebensmitteltemperatur prüfen und umrühren, bevor Sie das Gargut servieren. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die Lebensmittel oder Getränke an Babys, Kinder oder ältere Personen weitergereicht werden.**

   Die Temperatur des Behälters ist kein zuverlässiger Hinweis auf die tatsächliche Temperatur des Lebensmittels oder Getränks; immer die Temperatur des Lebensmittels prüfen.
4. Beim Öffnen des Gerätes immer Abstand von der Tür halten, um Verbrennungen durch entweichenden Dampf und Hitze zu vermeiden.
5. Lebensmittel mit Füllungen nach dem Garen immer aufschneiden, damit der Dampf entweichen kann. So vermeiden Sie Verbrennungen.

Zur Vermeidung von Fehlbedienung durch Kinder

1. Nicht an die Gerätetür lehnen oder an der Tür hängend schwingen.
2. Kinder sind mit allen wichtigen Sicherheitsmaßnahmen vertraut zu machen. Dazu gehören u. a.: Die Verwendung von Topflappen und vorsichtiges Abnehmen von Deckeln. Beachten Sie besonders Verpackungen, die Lebensmittel knusprig machen (z.B. selbsterwärmende Materialien), da sie besonders heiß werden.

Sonstige Hinweise

1. Niemals das Gerät auf irgendeine Weise verändern.
2. Das Gerät während des Betriebs nicht bewegen.
3. Dieses Mikrowellengerät ist nur für die Zubereitung von Lebensmitteln bestimmt und sollte nur dazu benutzt werden. Es ist nicht für den kommerziellen Gebrauch oder Labergebrauch geeignet.

Zur Vermeidung von Fehlfunktionen und Beschädigungen dieses Gerätes.

1. Das Gerät niemals leer in Betrieb nehmen, es sei denn, dies wird in der Bedienungsanleitung ausdrücklich empfohlen. Durch Inbetriebnahme des Gerätes ohne Gargut kann das Gerät beschäftigt werden.
2. Bei der Verwendung von Bräunungsgeschirr oder selbsterwärmenden Materialien muss eine wärmefeste Isolierung (z. B. ein Porzellanteller) zwischen Geschirr und Drehteller gestellt werden. Dadurch werden Beschädigungen des Drehtellers und Drehteller-Trägers durch Wärme vermieden. Die angegebene Aufheizzeit für das Geschirr sollte nicht überschritten werden.
3. Kein Metallgeschirr verwenden, da Mikrowellen reflektiert werden und dies zu Funkenbildung führen kann. Verwenden Sie nur den Drehteller und den Drehteller-Träger, die für dieses Gerät konzipiert sind. Das Gerät nicht ohne Drehteller bedienen.
4. Während des Betriebs keine Gegenstände auf das äußere Gehäuse stellen.

HINWEIS:

Bei Fragen zum Anschluss des Gerätes, wenden Sie sich bitte an einen autorisierten Elektrikfachmann. Weder der Hersteller noch der Händler übernehmen die Haftung. für Schäden am Gerät oder Verletzungen, die infolge von Nichtbeachten des richtigen elektrischen Anschlusses entstehen. Wasserdampf und Tropfen können sich auf den Wänden im Innenraum bzw. um die Türdichtungen und Dichtflächen bilden. Dies ist normal und kein Anzeichen für den Austritt von Mikrowellen oder einer sonstigen Fehlfunktion.

AUFSTELLANWEISUNGEN

1. Alles Verpackungsmaterial aus dem Innern des Gerätes entfernen. Entfernen Sie die lose Plastikfolie, die sich zwischen der Tür und dem Garraum befindet. Die gesamte Schutzfolie und auch den Aufkleber von der Außenseite der Gerätetür entfernen.

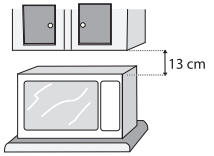
2. Überprüfen, ob das Gerät beschädigt ist.

3. Das Mikrowellengerät auf einer flachen, geraden Oberfläche aufstellen, die stabil genug ist, das Gewicht des Gerätes und der darin zubereiteten Lebensmittel zu tragen.
Dieses Gerät ist ausschließlich für den Gebrauch auf einer Arbeitsplatte vorgesehen..

4. Die Tür der Mikrowelle kann während des Garbetriebes heiß werden. Stellen oder montieren Sie die Mikrowelle in einer Entfernung von etwa 85 cm oder mehr vom Boden entfernt. Halten Sie Kinder davon ab, die Tür zu berühren, damit sie sich nicht verbrennen.

5. Das Netzkabel darf nicht über heiße oder scharfe Oberflächen geführt werden, wie zum Beispiel über den heißen Lüftungsöffnugen an der oberen Rückwand des Gerätes.

6. Stellen Sie sicher, dass der Abstand über der Mikrowelle mindestens 13 cm beträgt.



7. Den Netzstecker des Mikrowellengerätes mit einer normalen, geerdeten Steckdose verbinden.

VOR INBETRIEBNAHME

Ihr Gerät verfügt über einen Energiesparmodus.

1. Verbinden Sie das Gerät mit der Steckdose. Die Anzeige zeigt dabei noch nichts an.
2. Öffnen Sie die Tür. Auf der Anzeige erscheint "SPRACHE WÄHLEN" in 5 Sprachen.
   HINWEIS: Nach Auswahl einer Sprache anhand der **SPRACHEN**-Taste wird auf dem Display ".0".
3. Schließen Sie die Tür.
   Auf dem Display wird ". 0" angezeigt.
4. Die gewünschte Sprache wählen (siehe unten).
   HINWEIS: Wenn Sie das Gerät in englischer Sprache verwenden möchten, müssen Sie keine Sprache auswählen, und Sie können mit Schritt 5 fortfahren.
5. Heizen Sie den Grill des Gerätes ohne Speisen auf (siehe Seite D-12).

HINWEISE ZUM GAREN:
Das Gerät verfügt über ein "Informationsanzeigesystem", das Ihnen schrittweise Anleitungen für die verschiedenen Funktionen in einer gewünschten Sprache gibt. Über die **INFO**-Taste, können Sie sich die Hinweise über jede Taste des Bedienfeldes abrufen. Nach dem Drücken einer Taste erscheinen im Display Anzeigen, die Sie auf den nächsten Schritt hinweisen.

Wenn Sie das Gerät im Energiesparmodus betreiben und länger als 3 Minuten nicht verwenden (d. h. die Türschließen, die **STOP**-Taste drücken oder das Ende einer eingestellten Garzeit erreichen), ist die Mikrowelle erst wieder einsatzbereit, nachdem Sie die Tür öffnen und schließen.

AUSWÄHLEN DER SPRACHE

SPRACHEN-Taste drücken	SPRACHE
einmal	ENGLISH
zweimal	DEUTSCH
dreimal	NEDERLANDS
viermal	FRANCAIS
fünfmal	ESPANOL

Das Gerät wird in englischer Sprache geliefert. Sie können die Sprache ändern. Um die Sprache zu ändern, drücken Sie die **SPRACHEN**-Taste, bis die gewünschte Sprache angezeigt wird. Dann drücken Sie auf die ⏀ **(START)/+1Min** Taste.

Beispiel:
Angenommen, Sie wollen die **Deutsche** Sprache auswählen:

1. Wählen Sie durch Drücken der **SPRACHEN**-Taste die gewünschte Sprache.

x2

2. Drücken Sie die ⏀ **(START)/+1 Min**-Taste, um die Einstellung zu starten.

x1

Überprüfen Sie das Display.

HINWEIS: Die Wahl der Sprache wird gespeichert und durch Stromausfälle nicht gelöscht.

VERWENDUNG DER STOP-TASTE

Verwendung der **STOP**-Taste:

1. Löschen eines Eingabefehlers während des Programmierens.
2. Unterbrechen des Gerätes während des Betriebs.
3. Zum Löschen eines Programms während des Betriebs die **STOP**-Taste zweimal drücken.

MIKROWELLENLEISTUNG

Leistungsstufe	Drücken Sie auf die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN-Taste**	Anzeige	Watt
HOCH	X1	100 P	1050 W
	X2	90 P	945 W
MITTEL HOCH	X3	80 P	840 W
	X4	70 P	735 W
MITTEL	X5	60 P	630 W
	X6	50 P	525 W
MITTEL NIEDRIG (Auftauen)	X7	40 P	420 W
	X8	30 P	315 W
NIEDRIG (Auftauen)	X9	20 P	210 W
	X10	10 P	105 W
	X11	0 P	0 W

WICHTIG: Die Standardeinstellung der Leistungsstufe beträgt 100 P, außer Sie drücken die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN-Taste**.

- Wie gezeigt verfügt Ihr Gerät über 11 Leistungsstufen.

Generell gelten folgende Empfehlungen:

100 P/90 P - (HOCH = 1050/945W) wird für schnelles Garen oder Aufwärmen z. B. für Aufläufe, heiße Getränke, Gemüse etc, verwendet.

80 P/70 P - (MITTELHOCH = 840/735W) für längeres Garen von kompakteren Speisen wie Braten, Hackbraten und Tellergerichten verwendet, auch für empfindliche Speisen wie Rührkuchen. Mit dieser niedrigeren Einstellung werden die Speisen gleichmäßig gekocht, ohne über den Rand zu laufen.

60 P/50 P - (MITTEL = 630/525W) für Lebensmittel, die eine lange Garzeit bei konventionellen Geräten benötigen wie z. B. Rindfleischgerichte. In diesem Fall ist diese Leistungsstufe empfohlen, um sicherzustellen, dass das Fleisch zart bleibt.

40 P/30 P - (MITTEL NIEDRIG = 420/315W Auftaustufe) zum Auftauen wählen Sie diese Leistungseinstellung, damit ein gleichmäßiger Auftauprozess gewährleistet ist. Diese Einstellung ist auch für das Garen von Reis, Nudeln, Knödel und das Zubereiten von Eierstich ideal.

20 P/10 P - (NIEDRIG = 210/105W) Zum schonenden Auftauen, z. B. Sahnetorten oder Blätterteig.

Um die Mikrowellen-Leistungsstufe einzustellen:

1. Drehen Sie Wahlknopf **BETRIEBSART** auf die Mikrowelleneinstellung.
2. Drehen Sie Knopf **ZEIT/GEWICHTS** im oder gegen den Uhrzeigersinn, um die Garzeit einzustellen.
3. Die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste drücken, bis die gewünschte Leistungsstufe auf dem Display angezeigt wird. (Wird die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste einmal gedrückt, wird 100 P angezeigt.) Wenn Sie die gewünschte Stufe übersehen haben, drücken Sie weiter die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste, bis die Leistungsstufe erneut angezeigt wird.
4. Drücken Sie auf die ⏀ **(START)/+1Min** Taste.

HINWEIS: Wenn keine Auswahl der Leistungsstufe erfolgt, wird 100 P automatisch angewandt.

Ihr Gerät lässt sich bis zu 90 Minuten programmieren. (90.00). Die Zeiteinheiten zum Garen (Auftauen) variieren von 10 Sekunden bis fünf Minuten, in Abhängigkeit von der Gesamtgar- oder Auftauzeit, wie in der Tabelle aufgeführt:

Garzeit:	**Zeiteinheiten:**
0-5 Minuten	10 Sekunden
5-10 Minuten	30 Sekunden
10-30 Minuten	1 Minute
30-90 Minuten	5 Minuten

Beispiel:
Angenommen Sie möchten eine Suppe für 2 Minuten und 30 Sekunden auf der Leistungsstufe 70 P erhitzen.

1. Drehen Sie den Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART** in die Mikrowellen-Einstellung.

2. Drehen Sie den **ZEIT/GEWICHTS**-Knopf nach rechts, um die Garzeit einzustellen.

3. Drücken Sie viermal auf die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste für die 70 P Leistungsstufe.

4. Drücken Sie einmal auf die **(START)/ +1Min**-Taste, um den Garvorgang zu starten.

Überprüfen Sie das Display.

HINWEISE:
1. Wird während des Garens die Tür geöffnet, wird die Garzeit auf dem digitalen Display automatisch gestoppt. Die Garzeit läuft weiter, sobald die Tür wieder geschlossen und die **START/+1Min**-Taste gedrückt wird.
2. Wenn Sie während der Garzeit die Leistungsstufe überprüfen wollen, drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste. Solange Ihr Finger die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste berührt, wird die Leistungsstufe angezeigt.
3. Wenn die jeweilige Bedienung des Gerätes beendet ist, wird erneut ".0" auf dem Display angezeigt.
4. Sie können den **ZEIT/GEWICHTS**-Knopf im oder entgegen dem Uhrzeigersinn drehen. Wenn Sie den Knopf entgegen dem Uhrzeigersinn drehen, verringert sich die Garzeit allmählich von 90 Minuten.

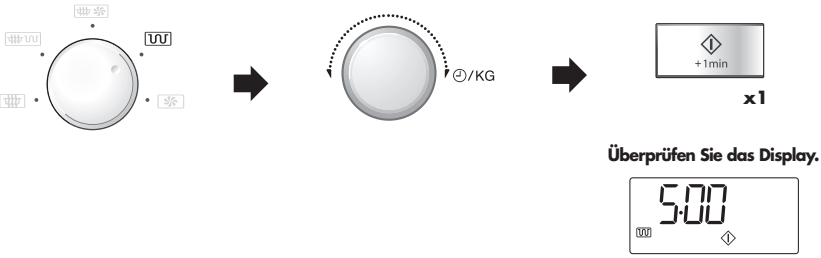
WARNUNG:
1. Verwenden Sie niemals das Backblech oder das quadratische Rost (RK-T11-A) für den Mikrowellen- oder Kombi-Betrieb, da dies zu Funkenbildung führen kann.
2. Nach Abschluss des Garens und Öffnen der Tür wird auf dem Display möglicherweise "KUEH-LUNG" angezeigt.

GRILLBETRIEB

Die Leistung des oben an der Garraumdecke befindlichen Grillheizelements ist nicht regulierbar.

Beispiel: Angenommen, Sie möchten 5 Minuten einen Käsetoast überbacken: (Den Toast auf den hohen Rost legen).

1. Stellen Sie den Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART** in die Einstellung GRILL.
2. Geben Sie durch Drehen des **ZEIT/GEWICHTS**-Knopfes im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit ein.
3. Drücken Sie auf die **(START)/+1Min**-Taste, um den Garvorgang zus tarten.



Überprüfen Sie das Display.

1. Der hohe und der niedrige Rost sind beim Grillen vorzuziehen. Es wird empfohlen das quadratische Backblech und den quadratischen Rost (RK-T11-A) nicht zum Grillen zu verwenden.

2. Bei der ersten Benutzung des Grills kann es zu Rauch- und Geruchsentwicklung kommen. Das ist normal und kein Anzeichen dafür, dass das Gerät funktionsuntüchtig ist. (Siehe unten 'Heizen ohne Speisen'.)

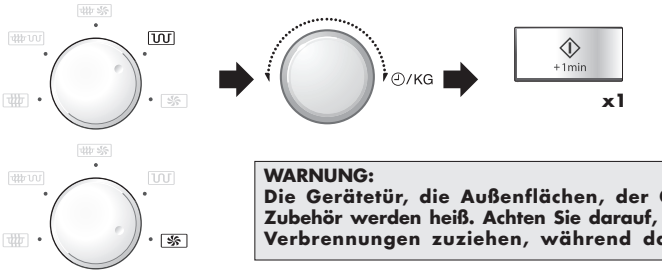
3. Nach Abschluss des Garens und Öffnen der Tür wird auf dem Display möglicherweise "KUEH-LUNG" angezeigt.

WARNUNG: Garraum, Gerätetür, Außenseiten, Zubehör und Geschirr werden sehr heiß. Beim Entnehmen der Speisen oder des Drehtellers aus dem Gerät dicke Ofenhandschuhe tragen, um Verbrennungen zu verhindern.

HEIZEN OHNE SPEISEN

Bei der ersten Benutzung des Grills und der Heißluft kann es zu Rauch- oder Geruchsentwicklung kommen. Das ist normal und kein Anzeichen dafür, dass das Gerät funktionsuntüchtig ist.
Um dieses Problem beim erstmaligen Gebrauch des Gerätes zu vermeiden, betreiben Sie den Grill und die Heißluft (250°C) 20 Minuten lang ohne Speisen.
WICHTIG: Damit während des Grillbetriebs entstehender Rauch oder Gerüche abziehen können, öffnen Sie ein Fenster oder schalten Sie die Abzugshaube/den Ventilator ein.

1. Stellen Sie den Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART** in die Einstellung GRILL oder HEISSLUFT.
2. Geben Sie die gewünschte Heizzeit ein. (20 Min).
3. Drücken Sie auf die **(START)/+1Min-**Taste, um den Betrieb zu starten.



Das Gerät zählt nun die Zeit zurück. Öffnen Sie die Tür, um den Ofenraum abkühlen zu lassen, nachdem der Ofen nicht mehr heizt.

WARNUNG:
Die Gerätetür, die Außenflächen, der Garraum und das Zubehör werden heiß. Achten Sie darauf, dass Sie sich keine Verbrennungen zuziehen, während das Gerät abkühlt.

Sie können Ihr Gerät mit Hilfe der Heißluftfunktion und den 10 voreingestellten Temperaturstufen wie einen konventionellen Herd benutzen.
Für bessere Ergebnisse wird Vorheizen empfohlen (insbesondere beim Benutzen des Backblechs oder des quadratischen Rosts).
RK-T11-A).

HEISSLUFT-Taste drücken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Gerätetemperatur (°C)	250	230	220	200	190	180	160	130	100	40

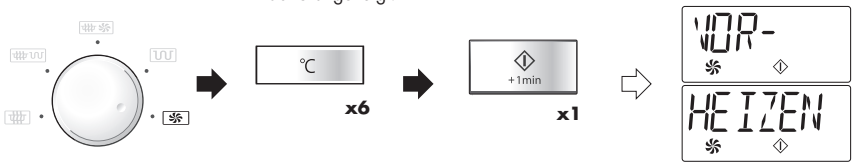
Beispiel 1: Garen mit Vorheizen
Angenommen, Sie möchten auf 180°C vorheizen und 20 Minuten lang bei 180°C garen.

1. Stellen Sie den Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART** in die Einstellung HEISSLUFT.

2. Die gewünschte Vorheiztemperatur durch sechsmaliges Drücken der **HEISSLUFT**-Taste eingeben. Auf dem Display wird 180°C angezeigt.

3. Drücken Sie auf die **(START)/ +1Min**-Taste, um den Vorheizvorgang zu starten.

Wenn die Vorheiztemperatur erreicht ist, ertönt das akustische Signal, auf dem Display wird 180°C angezeigt. Die Gerätetür öffnen und die Speisen in das Gerät geben. Die Tür schließen.



4. Mit dem **ZEIT/GEWICHTS**-Knopf die Garzeit (20 Min.) eingeben.

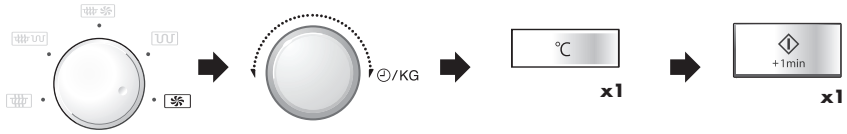
5. Drücken Sie auf die **(START)/+1Min** Taste.

Überprüfen Sie das Display.

HINWEISE:
1. Wenn das Gerät vorgeheizt wird, den Drehteller im Gerät lassen.
2. Wenn Sie nach dem Vorheizen bei unterschiedlichen Temperaturen garen wollen, drücken Sie die **HEISSLUFT**-Taste, bis die gewünschte Einstellung auf dem Display angezeigt wird. In dem obigen Beispiel würden Sie zur Änderung der Temperatur die **HEISSLUFT**-Taste nach der Eingabe der Garzeit drücken.
3. Wenn das Gerät die programmierte Vorheiztemperatur erreicht hat, wird diese automatisch 30 Minuten lang beibehalten. Nach 30 Minuten wird auf dem Display ". 0" angezeigt.
   Das ausgewählte Heißluft-Programm wird gelöscht.
4. Nach Abschluss des Garens und Öffnen der Tür wird auf dem Display möglicherweise "KUEH-LUNG" angezeigt.
5. Die besten Resultate werden erzielt, wenn bei den Lebensmittel - Packungsanweisungen die Empfehlungen für Ober- und Unterhitze befolgt werden.
6. Wenn Sie das optionale Zubehör RK-T11-A erwerben, folgen Sie bitte der INFORMATION u. REZEPTE-Broschüre, die mit dem Zubehör beigelegt ist.

Beispiel 2: Garen ohne Vorheizen
Angenommen, Sie wollen 20 Minuten lang bei 250°C garen.

1. Stellen Sie den Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART** in die Einstellung HEISSLUFT.
2. Mit dem **ZEIT/ GEWICHTS**-Knopf die Garzeit eingeben (20 Min.).
3. Die gewünschte Gartemperatur eingeben. (250°C).
4. Drücken Sie auf die **(START)/ +1Min** Taste.

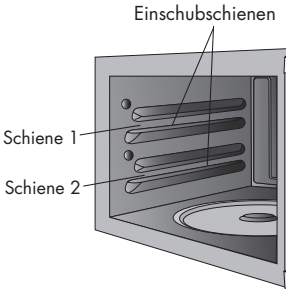


Überprüfen Sie das Display.

HINWEISE:
1. Nach Abschluss des Garens und Öffnen der Tür wird auf dem Display möglicherweise "KUEH-LUNG" angezeigt.
2. Um die Heißlufttemperatur zu ändern, die **HEISSLUFT**-Taste drücken, bis die gewünschte Temperatur auf dem Display angezeigt wird.
3. Bei der ersten Benutzung der Heißluft kann es zu Rauch- und Geruchsentwicklung kommen. Das ist normal und kein Anzeichen dafür, dass das Gerät funktionsuntüchtig ist. (Siehe Seite D-12 'Heizen ohne Speisen'.)

WARNUNG: Garraum, Gerätetür, Außenseiten, Zubehör und Geschirr werden sehr heiß. Beim Entnehmen der Speisen oder des Drehtellers aus dem Gerät dicke Ofenhandschuhe tragen, um Verbrennungen zu verhindern.

BESONDERE ANMERKUNGEN RK-T11-A ZUM QUADRATISCHEN ROST UND BACKBLECH:



1. Wenn Sie entweder das quadratische Rost oder das quadratische Backblech benutzen, empfehlen wir Ihnen, dass Sie diese auf der 2. Schiene, wie im Diagramm gezeigt, platzieren. Benutzen Sie beide Einsätze, dann platzieren Sie das Backblech auf der 2. Schiene, und das quadratische Rost wie im Diagramm gezeigt, auf der 1. Schiene. Bitte beachten Sie auch das Diagramm B auf Seite D-3.
2. Beim Benutzen des quadratischen Rosts und/oder des Backblechs den Drehteller im Gerät lassen.
3. Beim Benutzen des quadratischen Rosts oder des Backblechs , das Backblech oder den Behälter zum Garen auf dem Rost nach Hälfte der Garzeit um 180 Grad drehen, um bessere Ergebnisse zu erzielen.
4. Beim Benutzen des quadratischen Rosts bitte folgende Hinweise beachten, um ein Herausrutschen aus den Einschubschienen zu vermeiden:
   - Keinen Behälter mit mehr als 5 kg Inhalt auf das Rost setzen.
   - Sicherstellen, dass sich das Rost in der richtigen Position befindet und nicht wackelt.
   - Zur Entnahme einer Speise das quadratische Rost herausziehen, bis es leicht einrastet, und dann die Speise entnehmen.
5. Diese Bedienungsanleitung enthält einige Rezepte für das quadratische Rost und das Backblech. Siehe Seiten D-25-27.
6. Die besten Resultate werden erzielt, wenn bei den Lebensmittel - Packungsanweisungen die Empfehlungen für Ober- und Unterhitze befolgt werden.

Ihr Mikrowellengerät verfügt über 2 **KOMBI**-Betriebsarten, bei denen die Mikrowelle entweder mit der Heißluft oder mit dem Grill kombiniert werden. Um einen **KOMBI**-Betrieb zu wählen, zuerst die Zeit und dann die gewünschte Kombibetriebsart durch Drücken der **KOMBI-BETRIEBS**-Taste. Im allgemeinen verkürzt die Kombi-Betriebsart die Gesamtgarzeit.

Betriebsart	Garmethode (erste Einstellung)	Mikrowellenleistung
KOMBI HEISSLUFT	MIKRO 30 P HEISSLUFT 250°C	10 P - 60 P
KOMBI GRILL	MIKRO 30 P GRILL	10 P - 80 P

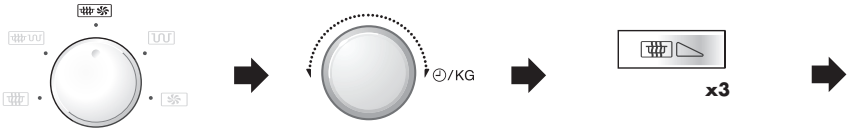
HINWEISE:
- Um die Mikrowellen-Leistungsstufe zu ändern, die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste drücken.
- Um die Heißlufttemperatur zu ändern, die **HEISSLUFT**-Taste drücken, bis die gewünschte Temperatur auf dem Display angezeigt wird.
- Für die **KOMBI HEISSLUFT** kann die Temperatur von 40°C bis 250°C in zehn Stufen geändert werden.

Beispiel 1:
Angenommen, Sie wollen für 20 Minuten auf KOMBI HEISSLUFT mit 10 P Mikrowellenleistung und 200°C Heißluft garen.

1. Stellen Sie den Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART** in die Einstellung KOMBI 1.

2. Die gewünschte Garzeit eingeben (20 Minuten).

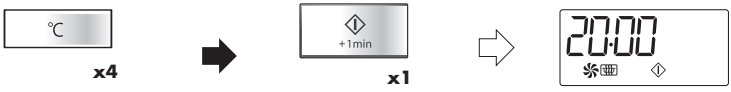
3. Drücken Sie dreimal die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN-**Taste.



4. Drücken Sie viermal die **HEISSLUFT**-Taste.(200°C)

5. Drücken Sie auf die **(START)/+1Min** Taste.

Überprüfen Sie das Display.



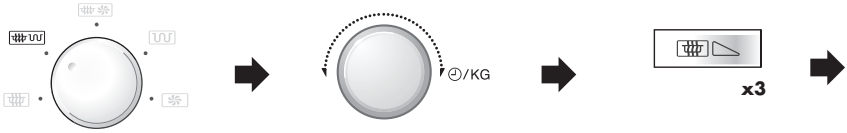
KOMBI-BETRIEB

Beispiel 2:
Angenommen, Sie wollen für 20 Minuten auf KOMBI HEISSLUFT mit 10 P Mikrowellenleistung und den GRILL benutzen.

1. Stellen Sie den Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART** in die Einstellung KOMBI 1.

2. Die gewünschte Garzeit eingeben (20 Minuten).

3. Drücken Sie dreimal die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste (10P).



4. Drücken Sie die **(START)/ +1Min** Taste.

Überprüfen Sie das Display.

HINWEIS: Nach Abschluss des Garens und Öffnen der Tür wird auf dem Display möglicherweise "KUEH-LUNG" angezeigt.

WARNUNG:
1. **Garraum, Gerätetür, Außenseiten, Zubehör und Geschirr werden sehr heiß. Beim Entnehmen der Speisen oder des Drehtellers aus dem Gerät dicke Ofenhandschuhe tragen, um Verbrennungen zu verhindern.**
2. Verwenden Sie niemals das Backblech oder das quadratische Rost (RK-T11-A) für den Mikrowellen- oder Kombi-Betrieb, da dies zu Funkenbildung führen kann.

1. KÜRZER (▼)/LÄNGER (▲)-Taste

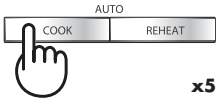
Mit den Tasten **KÜRZER** (▼) und **LÄNGER** (▲) -Tasten können Sie die programmierte Zeiteinstellung im oder während des Betriebs problemlos verkürzen oder verlängern (um die Speisen mehr oder weniger durchzugaren).

a) Änderung der vorprogrammierten Zeiteinstellung:
(Für Menüs mit **KÜRZER** und **LÄNGER**, sehen Sie Seiten D-23-24.)

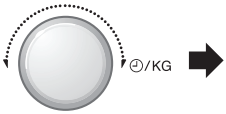
Beispiel: Angenommen, dass Sie mit GAR-AUTOMATIK-Taste und **KÜRZER**-Taste (▼) 1,5 kg Gratin garen möchten.

1. Wählen Sie das gewünschte Ergebnis (weniger gegart), indem Sie die **KÜRZER** (▼)-Taste einmal drücken.

2. Wählen Sie **GAR-AUTOMATIK**-Taste für Gratin aus, indem Sie **GAR-AUTOMATIK**-Taste drücken.



3. Das Gewichteingeben (1,5 kg).



4. Drücken Sie die ⏀ **(START)/ +1Min** Taste.

Der Ofen wird mit dem Garvorgang beginnen.
Überprüfen Sie das Display.

HINWEISE:
Zum Abbrechen von **KÜRZER** oder **LÄNGER** drücken Sie die gleiche Taste noch einmal.
Um von **LÄNGER** zu **KÜRZER** zu wechseln, drücken Sie einfach die **KÜRZER** (▼) -Taste.
Um von **KÜRZER** zu **LÄNGER** zu wechseln, drücken Sie einfach die **LÄNGER** (▲) -Taste.

b) Ändern der Garzeit bei laufendem Garvorgang:

Sie können die Garzeit um je 1 Minute vermindern oder erhöhen, indem Sie die **KÜRZER** (▼)- oder **LÄNGER** (▲) -Taste drücken.

HINWEIS: Sie können diese Funktion nur für manuelles Garen anwenden.

2. +1Min-FUNKTION

Mit der ⏀ **(START)/+1Min**-Taste können Sie die folgenden beiden Funktionen ausführen:

a) 1 Minute Garen

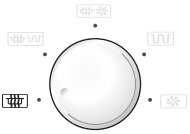
Sie können die gewünschte Betriebsart 1 Minute lang direkt einschalten, ohne die Garzeit einzugeben.

Beispiel:
Angenommen, Sie wollen ein Gericht 1 Minute lang bei 70 P Mikrowellenleistung garen.

1. Drehen Sie den Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART** in die Mikrowellen- Einstellung.

2. Um die Leistungsstufe zu ändern, drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste zweimal.

3. Drücken Sie die ⏀ **(START)/+1Min**-Taste, um mit dem Erhitzungsvorgang zu starten.



HINWEIS:
1. Diese Funktion können Sie nur für manuelles Garen verwenden.
2. Wenn der Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART** auf Mikrowellengaren ( ) eingestellt ist und Sie die ⏀ **(START)/+1Min**-Taste drücken, beträgt die Leistung für Mikrowelle immer 100 P.
Steht der Drehknopf für die Wahl der **BETRIEBSART** auf der Stellung (oder) und Sie die ⏀ **(START)/+1Min**-Taste drücken, beträgt die Leistung für Mikrowelle immer 30 P.
Wenn Wahlknopf GARMODUS auf Heißluft oder Doppelheißluft steht (oder) und Sie ⏀ **(START)/+1Min**-Taste drücken, beträgt die Heißlufttemperatur immer 250°C.
3. Um eine Fehlbedienung durch Kinder zu verhindern, kann die Taste ⏀ **(START)/+1Min**-Taste nur 3 Minuten nach der vorhergehenden Bedienung genutzt werden, d.h. nach dem Schließen der Tür oder dem Betätigen der **STOP**-Taste.

b) Verlängerung der Garzeit

Sie können die Garzeit je 1 Minute verlängern, wenn Sie während des Betriebs die ⏀ **(START)/+1Min**-Taste drücken.

HINWEIS: Sie können diese Funktion nur für manuelles Garen anwenden.

3. ZEITSCHALTUHR-FUNKTION

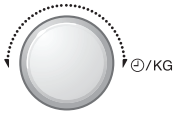
Sie können die Zeitschaltuhr zur Zeiteinstellung benutzen, wenn das Mikrowellengerät nicht in Betrieb ist. Zum Beispiel, um die Zeit für gekochte Eier einzustellen, die auf einem herkömmlichen Herd gekocht werden.

Beispiel:
Einstellen der Zeitschaltuhr für 5 Minuten

1. Tür öffnen und schließen, um die Zeitschaltuhr-Funktion zu aktivieren. Die **ZEITSCHALTUHR**-Taste einmal drücken.

2. **ZEIT/GEWICHTS**-Knopf drehen, bis die gewünschte Zeit angezeigt wird. (Bsp.: 5 Min.)

3. Die ⏀ **(START)/+1Min**-Taste drücken.



4. ÜBERPRÜFEN DER EINSTELLUNG WÄHREND DES BETRIEBS

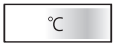
Sie können die Leistung und die tatsächliche Gerätetemperatur während des Betriebs kontrollieren, z. B.: beim Vorheizen.
Sie können diese Funktion nur für manuelles Garen anwenden.

ÜBERPRÜFEN DER LEISTUNGSSTUFE:
Zur Überprüfung der Mikrowellenleistung während des Garens drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste. Das Gerät zählt weiter, obwohl das Display die Leistung anzeigt, die Sie eingegeben haben.

Solange Sie die Taste mit dem Finger drücken, wird die Leistungsstufe angezeigt.

ÜBERPRÜFEN DER HEISSLUFTTEMPERATUR:
Um während des Garens die Heissluftemperatur zu überprüfen, die **HEISSLUFT**-Taste drücken.
Während das Gerät vorgeheizt wird, die Gerätetemperatur überprüfen.

Solange Sie die Taste mit dem Finger drücken, wird die Heißlufttemperatur in °C angezeigt.

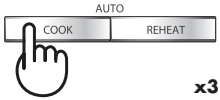


5. INFORMATIONS-Taste

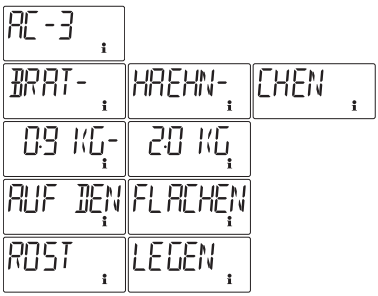
Jede Taste bietet nützliche Informationen. Wenn Sie die Informationen sehen wollen, drücken Sie die **INFORMATIONS**-Taste, bevor Sie die gewünschte Taste betätigen.

1. Wählen Sie die **INFORMATIONS**-Funktion.

Beispiel:
Angenommen, Sie wünschen Informationen über das Gar-AUTOMATIK-Menü Nummer 3, Brathähnchen:



2. Das **GAR-AUTOMATIK**-Menü für Brathähnchen durch dreimaliges Drücken der **GAR-AUTOMATIK**-Taste wählen.



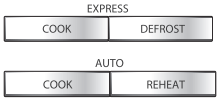
HINWEIS:
1. Die Informationsmeldung wird zweimal wiederholt, anschließend wird auf dem Display " . 0 " angezeigt.
2. Wenn Sie die Informationen abbrechen wollen, drücken Sie die **STOP**-Taste.

AUTOMATIK-BETRIEB

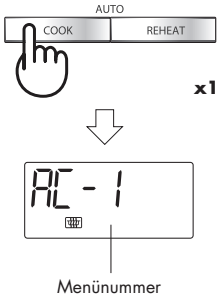
Bei Benutzung eines **AUTOMATIKPROGRAMMS** erfolgt die Einstellung der Leistungsstufe und Garzeit automatisch. Sie können 2 **ERHITZUNGS-AUTOMATIK**-Menüs, 3 **EXPRESS**-GAREN-Menüs, 6 **GAR-AUTOMATIK**-Menüs und 7 **EXPRESS-AUFTAUEN**-Menüs auswählen.

Warnung:
Für EXPRESS GAREN und GAR-AUTOMATIK: Garraum, Tür, Außenseiten, Zubehör und Geschirr werden besonders heiß. Beim Entnehmen der Speisen oder des Drehtellers aus dem Gerät dicke Ofenhandschuhe tragen, um Verbrennungen zu verhindern.

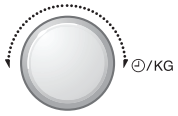
Was Sie bei der Verwendung dieser Automatik-Funktion wissen sollten:



1. Das Menü, das Sie wünschen, kann mittels der Taste **ERHITZUNGS-AUTOMATIK, GAR-AUTOMATIK, EXPRESS-GAREN** oder **EXPRESS-AUFTAUEN** gewählt werden. Drücken Sie auf die Taste, bis die gewünschte Menünummer angezeigt wird. (Siehe Seiten D-21-24)

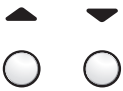


2. Das Gewicht/Menge der Speisen wird über den **ZEIT/GEWICHTS**-Knopf eingestellt, bis das gewünschte Gewicht/Menge angezeigt wird.
- Nur das Gewicht der Speisen eingeben. Das Gewicht des Behälters nicht einbeziehen.
- Speisen, deren Gewicht/Menge die Angaben in der Tabelle über- oder unterschreitet, garen Sie bitte in manuellem Betrieb.



ZEIT/GEWICHTS-Knopf

3. Die programmierten Garzeiten sind Mittelwerte. Falls Sie die Lebensmittel stärker oder schwächer garen möchten als vom Programm vorgesehen, kann die Garzeit mit der Taste für **KÜRZER** (▼) bzw. **LÄNGER** (▲) entsprechend abgeändert werden. Einzelheiten siehe Seite D-17.
Die besten Ergebnisse erzielen Sie, wenn Sie den Anleitungen in der Tabelle und im Kochbuch folgen.



KÜRZER/LÄNGER-Tasten

4. Um den Garvorgang zu starten, die ⏀ **(START)/ +1Min**-Taste drücken.

⏀ **(START)/ +1Min**-Taste

Wenn ein Bedienungsschritt erforderlich ist (z.B. zum Wenden der Speisen), stoppt das Gerät und das akustische Signal ertönt. Im Anzeigefeld sehen Sie die notwendige Aktion. Um den Garvorgang fortzusetzen, drücken Sie die ⏀ **(START)/ +1Min**-Taste.

Die Temperatur am Ende der Garzeit hängt von der Ausgangstemperatur ab. Vergewissern Sie sich, daß die Speisen nach dem Garen ausreichend gegart sind. Falls erforderlich, können Sie die Garzeit verlängern und eine höhere Leistungsstufe einstellen.

HINWEIS: Eine Liste der AUTOMATIK-Menüs und Gewichtsangaben finden Sie auf dem Menü-Aufkleber.

Beispiel: Angenommen, Sie wollen 0,3 kg Reis mit **GAR-AUTOMATIK** garen.

1. Drücken Sie die **GARAUTOMATIK**-Taste einmal für Reis.

2. Geben Sie durch Drehen des **ZEIT/GEWICHTS**-Knopfes im Uhrzeigersinn die gewünschte Gewicht ein.

3. Drücken Sie auf die ⏀ **(START)/+1Min** -Taste, um den Garvorgang zu starten.

TABELLE: EXPRESS GAREN

MENÜ Nr.	MENGE (Gewichtseinheit) / GESCHIRR	VERFAHREN
C-1 Garen Tiefkühl-Fertiggerichte (Ausgangstemp.: -18°C) Speisen zum Umrühren wie Nudeln Bolognese, Chili con carne etc.	0,3 - 1,0 kg* (100 g) Schüssel mit Deckel * Wenn der Hersteller vorgibt, dass Wasser oder Öl hinzugefügt werden muss, dann kalkulieren Sie bitte das Gesamtgewicht einschließlich der zusätzlicher Flüssigkeit für das Programm.	• Die Speise in ein geeignetes Mikrowellen-Gefäß geben. • Fügen Sie etwas Flüssigkeit oder Öl hinzu, wenn dies vom Hersteller empfohlen wird. • Mit einem Deckel abdecken. • Wenn das akustische Signal ertönt, umrühren und wieder abdecken. • Nach dem Garen umrühren und ca. 1-2 Minuten stehen lassen.
C-2 Garen Tiefkühl-Gemüse (Ausgangstemp.: -18°C) z.B. Rosenkohl, Blumenkohl, Erbsen, Mischgemüse, Brokkoli	0,1 - 0,8 kg (100 g) Schüssel mit Deckel	• 1 EL Wasser pro 100 g. (Für Pilze ist kein zusätzliches Wasser erforderlich). • Mit dem Deckel abdecken. • Wenn das Gerät stoppt und das akustische Signal ertönt, umrühren und wieder abdecken. • Nach dem Garen 1-2 Minuten stehen lassen. **HINWEIS:** Kompakt gefrorenes Gemüse im manuellen Betrieb garen.
C-3 Garen Tiefkühl-Auflauf (Ausgangstemp.: -18°C) z.B. Tiefgefrorene Lasagne, Kartoffel-Auflauf	0,2 - 0,6 kg (100 g) Auflaufform Niedriger Rost	• Den Auflauf aus der Originalverpackung nehmen und in eine geeignete Auflaufform geben. • 3-4 EL Wasser zugeben. • Nicht abdecken. • Auf den niedrigen Rost stellen. • Nach dem Garen mit Aluminiumfolie abgedeckt ca. 5 Minuten stehen lassen.

TABELLE: EXPRESS AUFTAUEN

MENÜ Nr.	MENGE (Gewichtseinheit) / GESCHIRR	VERFAHREN
D-1 Auftauen Steaks und Koteletts (Ausgangstemp.: -18°C)	0,2 - 1,0 kg (100 g) Teller (Siehe HINWEIS Seite D-23)	• Die Speise auf einem Teller in die Mitte des Drehtellers stellen. • Wenn das Gerät stoppt und das Signal ertönt, die Speise wenden, neu anordnen und ggf. trennen. Decken Sie dünne Teile und warme Stellen mit Aluminiumfolie ab. • Nach dem Auftauen mit Aluminiumfolie abgedeckt 10-20 Minuten stehen lassen, bis alles vollständig aufgetaut ist.
D-2 Auftauen Bratenfleisch (Ausgangstemp.: -18°C)	0,6 - 2,0 kg (100 g) Teller (Siehe HINWEIS Seite D-23)	• Einen Teller umgekehrt auf den Drehteller legen und das Fleisch darauf legen. • Wenn das Gerät stoppt und das Signal ertönt, wenden. Aufgetaute Teile gegebenenfalls mit Aluminiumfolie abdecken. • Wenn das akustische Signal ertönt, noch einmal wenden und abdecken. • Nach dem Auftauen mit Aluminiumfolie abgedeckt 15-30 Minuten stehen lassen, bis alles vollständig aufgetaut ist.
D-3 Auftauen Hackfleisch, gemischtes Hack aus Rind- und Schweinefleisch (Ausgangstemp.: -18°C)	0,2 - 1,0 kg (100 g) Frischhaltefolie (Siehe HINWEIS Seite D-23)	• Decken Sie den Drehteller mit Frischhaltefolie ab. • Legen Sie den Block Hackfleisch auf den Drehteller. • Wenn das Mikrowellengerät stoppt und das Signal ertönt, drehen Sie das Hackfleisch um. Entfernen Sie die aufgetauten Teile, sofern möglich. • Nach dem Auftauen 5-10 Minuten stehen lassen, bis alles vollständig aufgetaut ist.
D-4 Auftauen Hähnchenschenkel (Ausgangstemp.: -18°C)	0,2 - 1,0 kg (50 g) Teller (Siehe HINWEIS Seite D-23)	• Die Speise auf einem Teller in die Mitte des Drehtellers stellen. • Wenn das Gerät stoppt und das Signal ertönt, die Speise wenden, neu anordnen und ggf. trennen. Decken Sie dünne Teile und warme Stellen mit Aluminiumfolie ab. • Nach dem Auftauen mit Aluminiumfolie abgedeckt 10-20 Minuten stehen lassen, bis alles vollständig aufgetaut ist.
D-5 Auftauen Geflügel (Ausgangstemp.: -18°C) Nur Geflügel ohne Innereien ist für dieses Programm empfohlen.	0,9 - 2,0 kg (100 g) Teller (Siehe HINWEIS Seite D-23)	• Einen Teller umgekehrt auf den Drehteller legen und das Geflügel mit der Brustseite nach unten darauf legen. • Wenn das Gerät stoppt und das Signal ertönt, wenden. Decken Sie dünne Teile und warme Stellen mit Aluminiumfolie ab. • Nach dem Auftauen mit Aluminiumfolie abgedeckt 15-30 Minuten stehen lassen, bis alles vollständig aufgetaut ist. • Zum Abschluß das Geflügel unter laufendem Wasser säubern.
D-6 Auftauen Torte (Ausgangstemp.: -18°C)	0,1 - 1,4 kg (100 g) Flache Platte	• Die Torte von jeglicher Verpackung befreien. • Auf eine flache Platte in die Mitte des Drehtellers stehen. • Die Torte nach dem Auftauen in möglichst gleichgroße Stücke schneiden, zwischen den Stücken etwas Abstand lassen und 15-30 Minuten stehen lassen, bis sie gleichmäßig aufgetaut ist.
D-7 Auftauen Brot (Ausgangstemp.: -18°C)	0,1 - 1,0 kg (100 g) Flache Platte	• Auf eine flache Platte in die Mitte des Drehteller stellen. Für dieses Programm nur Brotschreiben verwenden. • Wenn das Signal ertönt, die Scheiben neu anordnen und aufgetaute Scheiben abnehmen. • Nach dem Auftauen alle Scheiben voneinander trennen und auf einem großen Teller verteilen. Das Brot mit Aluminiumfolie abdecken und 5-15 Minuten stehen lassen, bis es gründlich aufgetaut ist.

HINWEIS: EXPRESS-AUFTAUEN

HINWEIS:
1 Steaks, Koteletts und Hähnchenschenkel sollten nebeneinander (einlagig) eingefroren werden.
2 Hackfleisch sollte flach eingefroren werden.
3 Nach dem Wenden die aufgetauten Portionen mit dünnen Aluminiumstreifen abdecken.
4 Das Geflügel und das Hackfleisch sollten sofort nach dem Auftauen weiterverarbeitet werden.
5 Für D-1, D-2, D-4 und D-5, die Speisen wie in der Abbildung gezeigt in das Gerät stellen:

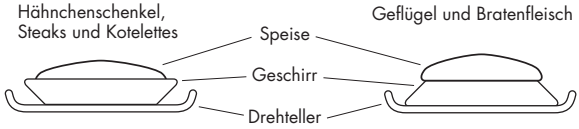


TABELLE: ERHITZUNGS-AUTOMATIK

MENÜ Nr.	MENGE (Gewichtseinheit) / GESCHIRR	VERFAHREN
AR-1 Getränke (Ausgangstemp.: 20°C)	1-6 Tassen (1 Tasse) (150 ml pro Tasse) Tasse	• Das Getränk an den Rand des Drehtellers stellen. • Nach dem Erhitzen umrühren und ca. 1-2 Minuten stehen lassen. **HINWEIS:** Wenn das Getränk Kühlschranktemperatur aufweist (5°C), die **LÄNGER**-Taste (▲) drücken.
AR-2 Suppen, Eintöpfe (Ausgangstemp.: 20°C)	1-4 Tassen (1 Tasse) (200 ml pro Tasse) Suppentasse + Mikrowellenfolie	• Mit Mikrowellenfolie abdecken. • Die Tassen an den Rand des Drehtellers stellen. • Nach dem Erhitzen umrühren und ca. 1-2 Minuten stehen lassen. **HINWEIS:** Wenn die Suppe Kühlschranktemperatur aufweist (5°C), die **LÄNGER**-Taste (▲) drücken.

TABELLE: GAR-AUTOMATIK

MENÜ Nr.	MENGE (Gewichtseinheit) / GESCHIRR	VERFAHREN
AC-1 Reis (Ausgangstemp.: Reis 20°C)	0,1 - 0,3 kg (100 g) Große Schüssel mit Deckel Reis: 100 g / 200 g / 300 g — Kochendes Wasser: 250 ml / 450 ml / 650 ml	• In eine große Schüssel geben und kochendes Wasser hinzufügen. • Mit einem Deckel abdecken. • Schüssel in die Mitte des Drehtellers stellen. • Wenn der Signalton ertönt, umrühren und wieder abdecken. • Wenn der Signalton wieder ertönt, umrühren und wieder abdecken. • Nach dem Garen ca. 10 Minuten abgedeckt stehen lassen.
AC-2 Pommes frites (Ausgangstemp.: -18° C) (Empfohlen für die Verwendung in herkömmlichen Backöfen)	0,2 - 0,4 kg (50 g) Runde Auflaufform, Hoher Rost	• Die tiefgekühlten Pommes frites aus der Packung nehmen und in eine flache Form aus Porzellan geben. • Die Form auf den hohen Rost ins Gerät stellen. • Wenn das Signal ertönt, wenden. • Nach dem Garen auf einem Servierteller anrichten. (Es ist keine Standzeit erforderlich.) • Nach Geschmack salzen. **HINWEIS:** Wenn dünne Pommes frites gegart werden sollen, die **KÜRZER**-Taste (▼) drücken.
AC-3 Brathähnchen (Ausgangstemp.: 5°C) Zutaten für 1,2 kg Brathähnchen: ½ TL Salz und Pfeffer, 1 TL Paprika edelsüß, 2 EL Öl	0,9 - 2,0 kg (100 g) Niedriger Rost	• Die Zutaten mischen und das Hähnchen damit bestreichen. • Die Haut des Hähnchens anstechen. • Das Hähnchen mit der Brustseite nach unten auf den niedrigen Rost legen. • Wenn das akustische Signal ertönt, das Hähnchen wenden. • Das Hähnchen nach dem Garen für ca. 3 Minuten im Gerät stehen lassen.
AC-4 Schweinebraten (Ausgangstemp.: 5°C) Zutaten für 1,0 kg mageren Schweinerollbraten: 1 zerdrückte Knoblauchzehe, 2 EL Öl, 1 TL Paprika edelsüß, 1 Prise Kreuzkümmel, 1 TL Salz	0,6 - 2,0 kg (100 g) Niedriger Rost	• Magerer Schweinerollbraten wird empfohlen. • Alle Zutaten vermischen und auf dem Fleisch verteilen. • Das Fleisch auf den niedrigen Rost legen und garen. • Wenn das akustische Signal ertönt, das Fleisch wenden. • Das Gericht nach dem Garen ca. 10 Minuten lang in Aluminiumfolie eingewickelt stehen lassen.
AC-5 Auflauf (Ausgangstemp.: 20°C) e.g. Zucchini-Nudel-Auflauf, Broccoli-Kartoffelauflauf mit Champignons	0,5 - 2,0 kg (100 g) Flache, ovale, Auflaufform, Niedriger Rost	• Den Auflauf entsprechend der Seite D-55 oder 57 zubereiten. • Die Auflaufform auf den niedrigen Rost stellen. • Nach dem Garen ca. 5-10 Minuten abgedeckt stehen lassen.
AC-6 Kuchen (Ausgangstemp.: 20°C) e.g. Möhrentorte, Gugelhupf, Apfel-kuchen mit Calvados	0,5 - 1,5 kg (100 g) Kuchenform, Untertasse, Niedriger Rost	• Den Kuchen entsprechend der Seite D-63 oder 65 zubereiten. • Eine flache Untertasse mit dem Boden nach oben auf den niedrigen Rost legen und die Kuchenform daraufstellen. • Nach dem Backen etwa 10 Min. stehen lassen. • Den Kuchen aus der Form entnehmen.

ZWIEBELKUCHEN

Garzeit insgesamt: 60-67 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (3 Liter Inhalt)
Quadratisches Backblech
Backpapier

Zutaten - für den Teig

375 g	Mehl
30 g	Hefe
1	Ei
125 ml	Milch
½ TL	Salz
75 g	Butter

Zutaten - für den Belag

650-700 g	Zwiebeln
100 g	durchwachsener Speck
30 g	Butter
	Cayennepfeffer
3	Eier
200 g	saure Sahne
½ TL	Salz

Zubereitung

Dieses Rezept ergibt ca. 1,7 kg.

1. Aus den genannten Zutaten für den Teig einen Hefeteig zubereiten. Den Teig mit hitzebeständiger Folie oder einem feuchten Geschirrtuch bedecken und aufgehen lassen - 20 Minuten lang auf HEISSLUFT 40°C.
2. Zwiebeln schälen und mit dem Speck in Würfel schneiden. Geben Sie die Butter, die Zwiebeln und den Speck in eine Schüssel, decken Sie diese ab und lassen Sie die Zutaten bei MIKROWELLE 100 P Leistung 8 bis 12 Minuten lang dünsten. Schütten Sie die Flüssigkeit anschliessend weg. Danach die Mischung abkühlen lassen und Eier, saure Sahne und Salz einrühren.
3. Das Gerät auf 200°C vorheizen. Das quadratische Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig in Größe des Backblechs ausrollen und hineinlegen.
4. Die Mischung für den Belag gleichmäßig auf dem Teig verteilen und nochmals aufgehen lassen.
5. Nach dem Vorheizen das quadratische Backblech in die Einschubschiene (2. Schiene) des Geräts einsetzen und garen. 32-35 Minuten bei HEISSLUFT 200°C.
6. Nach 18 Minuten das Gerät stoppen und das Backblech um 180° drehen, dann 'Start' drücken.

PORREETORTE

Garzeit insgesamt: 27-33 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (3 Liter Inhalt)
Quadratisches Backblech
Backpapier

Zutaten - für den Teig

150 g	Vollkornmehl
120 g	Roggenmehl (Typ 1150) (oder normales Mehl, Typ 405)
4 TL	Backpulver (12 g)
1	Ei
125 g	fettarmer Joghurt
1½ EL	Pflanzenöl
½ TL	Salz

Zutaten - für den Belag

450 g	Porree, in Ringe geschnitten
3 EL	Wasser
	Salz
1 Prise	Currypulver
150 g	saure Sahne
3	Eier
2 EL	Vollkornmehl
	Kräutersalz
	Pfeffer
1 Prise	Muskat
1 TL	Petersilie, fein gehackt
1 TL	Schnittlauch, in kleine Ringe geschnitten
1 TL	Dill, fein gehackt
100 g	geriebener Emmenthaler

Zubereitung

Dieses Rezept ergibt ca. 1,3 kg.

1. Porree und Wasser in eine Schüssel geben. Abdecken und 5-8 Minuten auf MIKROWELLE 100 P garen. Wasser abgießen und mit Salz und Currypulver abschmecken.
2. Das Mehl mit dem Backpulver vermischen. Ei, Joghurt, Öl und Salz hinzugeben. Alles mit dem Knethaken eines Handrührgeräts verkneten. Das Gerät auf 200°C vorheizen.
3. Das Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig ausrollen und auf das Blech legen. Der Teigrand sollte ca. 1 cm hoch sein.
4. Saure Sahne, Eier und Mehl miteinander verrühren. Mit Kräutersalz, Pfeffer, Muskat und Kräutern abschmecken. Den geriebenen Käse einrühren.
5. Die Mischung zu dem Porree geben und gleichmäßig auf dem Teigboden verteilen.
6. Nach dem Vorheizen das quadratische Backblech in die Einschubschiene (2. Schiene) des Geräts einsetzen und garen. 22-25 Minuten bei HEISSLUFT 200°C.
7. Nach 18 Minuten das Gerät stoppen und das Backblech um 180° drehen, dann 'Start' drücken.

REZEPTE FÜR RK-T11-A (QUADRATISCHES BACKBLECH/ROST)

PIZZA

Garzeit insgesamt: 39-42 Minuten
Geschirr: Quadratisches Backblech
Backpapier

Zutaten - für den Teig

230 g	Mehl
20 g	Hefe
1 TL	Zucker
	Salz
4 TL	Öl
135 ml	lauwarmes Wasser

Zutaten - für den Belag

250 g	Tomaten aus der Dose, zerdrückt
	Basilikum, Oregano, Thymian, Salz, Pfeffer
250 g	Belag nach Wunsch, z.B. Paprika, Salami, Pilze usw.
100 g	geriebener Käse

Zubereitung

Dieses Rezept ergibt ca. 1,0 kg.

1. Die Hefe in lauwarmem Wasser auflösen.
2. Das Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde in der Mitte formen. Die Hefemischung zu dem Mehl hinzugeben und langsam verrühren. Salz und Öl hinzufügen. Gut durchkneten.
3. Den Teig mit hitzebeständiger Folie oder einem feuchten Geschirrtuch bedecken und gehen lassen - 20 Minuten lang auf HEISSLUFT 40°C.
4. Das Gerät auf 220°C vorheizen. Das Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig ausrollen und auf das Blech legen.
5. Die Tomaten auf dem Teig verteilen. Nach Geschmack würzen und mit den gewünschten Zutaten belegen. Zuletzt den geriebenen Käse darauf verteilen.
6. Nach dem Vorheizen das quadratische Backblech in die Einschubschiene (2. Schiene) des Geräts einsetzen und garen. 19-22 Minuten bei HEISSLUFT 220°C.
7. Nach 14 Minuten das Gerät stoppen und das Backblech um 180° drehen, dann 'Start' drücken.

PUTENBRUST IN ZWIEBEL-SAHNESAUCE

Garzeit insgesamt: 26-28 Minuten
Geschirr: Quadratisches Backblech

Zutaten

1000 g	Putenbrust (9 Stück)
1 Tüte	Zwiebelsuppenmischung (getrocknet, 1 Tüte für 750 ml)
500 ml	Sahne
200 g	Pilze, in Scheiben
9 Scheiben	Schmelzkäse

Zubereitung

1. Das Gerät auf 200°C vorheizen.
2. Die Putenbrust in etwa gleich große Stücke (9) schneiden und in das Backblech legen.
3. Die Zwiebelsuppenmischung mit der Sahne vermischen (kein Wasser hinzufügen). Die in Scheiben geschnittenen Pilze auf dem Fleisch verteilen und die Sauce über das Fleisch gießen und mit den Käsescheiben bedecken.
4. Das quadratische Backblech in die Einschubschiene (2. Schiene) des Geräts einsetzen und garen. 26-28 Minuten bei HEISSLUFT 200°C.
5. Nach der halben Garzeit das Backblech um 180° drehen und 'Start' drücken für die restliche Garzeit.

LINZER BÄCKEREI

Garzeit insgesamt: 10-11 Minuten
Geschirr: Quadratisches Backblech
Quadratisches Rost
Runde Backform
Backpapier

Zubereitung

1. Die Kekse laut Anleitungen auf Seite D-66 zubereiten.
2. Das Gerät auf 200°C vorheizen.
3. Das quadratische Backblech und der runden Backform mit Backpapier auslegen. 20 Kekse auf das quadraische Backblech und 12 Kekse auf die runde Backform legen. Das quadratische Backblech in die 2. Schiene und das quadratische Rost mit der runden Backform in die 1. Schiene des Geräts schieben. Mit HEISSLUFT 200°C für 10-11 Minuten backen.

   Den restlichen Teig auf die gleiche Weise backen.

LASAGNE AL FORNO

Garzeit insgesamt: 44-49 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (3 Liter Inhalt)
Rechteckige Auflaufform (35x29 cm)
Quadratisches Rost

Zutaten

600 g	Tomaten aus der Dose
100 g	Zwiebel, fein gewürfelt
100 g	Schinken, fein gewürfelt
1	Knoblauchzehe, zerquetscht
500 g	Hackfleisch (Rind)
4 EL	Tomatenmark
	Salz, Pfeffer
	Oregano, Thymian, Basilikum
450 g	Rahm (Créme fraîche)
300 ml	Milch
100 g	geriebener Parmesan
3 TL	gemischte Kräuter, gehackt
2 TL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer, Muskat
1 TL	Pflanzenöl zum Einfetten der Auflaufform
250 g	grüne Plattennudeln
2 EL	geriebenen Parmesan
1 EL	Butter oder Margarine

Zubereitung

1. Die Tomaten in Scheiben schneiden, mit den Schinken- und Zwiebelwürfeln, dem Knoblauch, dem Rinderhack und dem Tomatenmark mischen. Würzen, und abgedeckt 12-14 Minuten auf MIKROWELLE 100 P garen. Nach der halben Garzeit umrühren.
2. Den Rahm mit der Milch, dem Parmesankäse, den Kräutern und dem Öl verrühren und würzen.
3. Das Gerät auf 230°C vorheizen.
4. Die Auflaufform einfetten. Den Boden der Form mit einem Drittel der Nudelplatten auslegen. Die Hälfte der Hackfleischmasse auf die Nudeln geben und mit etwas Sauce begießen. Das zweite Drittel der Nudeln darüberlegen und nacheinander die Hackfleischmasse, etwas Sauce und die restlichen Nudeln obenaufschichten. Zum Abschluß die Nudeln mit viel Sauce bedecken und mit Parmesankäse bestreuen. Butterflöckchen oben aufsetzen und das quadratische Rost mit der Auflaufform in die Einschubschiene (2. Schiene) des Geräts einsetzen. Mit HEISSLUFT 230°C für 32-35 Minuten garen.

   Die Lasagne nach dem Garen etwa 5 bis 10 Minuten ruhen lassen.

BISKUITROLLE "ARM DES ZIGEUNERS"

Garzeit insgesamt: 22-24 Minuten
Geschirr: Quadratisches Backblech
Backpapier
Schüssel mit Deckel (2 Liter Inhalt)

Zutaten - für den Teig

4	Eier
125 g	Zucker
125 g	Mehl
1 TL	Backpulver (3 g)

Zutaten - für den Belag

250 ml	Milch
1	Zimtstange
	Schale einer Zitrone
75 g	Zucker
2 EL	Speisestärke (20 g)
2	Eigelb
2 EL	Puderzucker (20 g)

Zubereitung

1. Eier und Zucker mit einem Handrührgerät schaumig schlagen. Mehl und Backpulver vermischen, auf die Eier- und Zuckermischung sieben und dann sorgfältig unterheben. Das Gerät auf 180°C vorheizen.
2. Legen Sie das quadratische Backblech mit Backpapier aus, Den Teig auf das Blech geben und auf der 2. Schiene für 18-20 Minuten auf HEISSLUFT 180°C backen. Nach der halben Garzeit das Backblech um 180° drehen und wieder "Start" drücken für die restliche Garzeit.
3. Den Kuchen auf ein feuchtes, mit Zucker bestreutes Geschirrtuch stürzen. Das Backpapier sorgfältig entfernen und den Kuchen sofort mit Hilfe des Geschirrtuchs aufrollen.
4. 200 ml Milch mit Zimtstange, Zitronenschale und Zucker in die Schüssel geben, zudecken und ungefähr 2 Minuten lang auf MIKROWELLE 100 P erhitzen.
5. Den Rest der Milch mit Speisestärke und Eigelb verrühren. Die Zitronenschale und Zimtstange aus der Milch nehmen und die Speisestärkemischung einrühren. Abdecken und garen. Nach der Hälfte und am Ende der Garzeit umrühren. Für 2 Minuten auf MIKROWELLE 100 P.
6. Die Biskuitrolle abrollen, mit der Crememischung bestreichen und wieder vorsichtig zusammenrollen. Mit Puderzucker bestäuben.

HINWEIS: Drehen Sie die rechteckige Backform oder den Behälter auf der rechteckigen Ablage um 180° (halbe Umdrehung), um ein besseres Ergebnis zu erzielen, wenn Sie die rechteckige Ablage oder die rechteckige Backform verwenden.

REINIGUNG UND PFLEGE

VORSICHT: ZUR REINIGUNG DÜRFEN KEINESFALLS HANDELSÜBLICHE OFENREINIGER, DAMPFREINIGER, SCHEUERMITTEL, SCHARFE REINIGUNGSMITTEL, NATRIUMHYDROXID ENTHALTENDE REINIGUNGSMITTEL ODER SCHEUERSCHWÄMME VERWENDET WERDEN. DIES GILT FÜR ALLE TEILE DES GERÄTS.

Vergewissern Sie sich vor dem Reinigen, dass der Garraum, die Tür, die Außenseiten des Geräts und das Zubehör vollständig abgekühlt sind.

DAS GERÄT IN REGELMÄßIGEN ABSTÄNDEN REINIGEN UND JEGLICHE ESSENSRESTE ENTFERNEN – Das Gerät sauber halten, da sonst die Oberflächen beschädigt werden können. Dies kann die Gebrauchsdauer des Geräts nachteilig beeinflussen und möglicherweise zu einer Gefahrensituation führen.

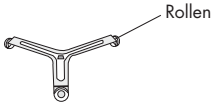
Gerätegehäuse:
Die Außenseite des Gerätes mit einer milden Seifenlauge reinigen. Die Seifenlauge gründlich mit einem feuchten Tuch abwischen und mit einem Handtuch nachtrocknen.

Bedienfeld:
Vor dem Reinigen die Tür öffnen, um das Bedienfeld zu inaktivieren. Das Bedienfeld vorsichtig mit einem feuchten Tuch reinigen. Niemals zuviel Wasser und keine chemischen oder scheuernden Reiniger verwenden, da das Bedienfeld dadurch beschädigt werden kann.

Geräteinnenraum:
1. Nach jedem Gebrauch das noch warme Gerät zur Reinigung mit einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm abwischen, um leichte Verschmutzungen zu entfernen. Für starke Verschmutzungen eine milde Seifenlauge verwenden und mehrmals mit einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm gründlich nachwischen, bis alle Rückstände vollständig entfernt sind. Fettansammlungen und andere Spritzer können zum Überhitzen des Gerätes führen, was Rauch, Feuer und Funkenüberschlag verursachen kann. Entfernen Sie nicht den Spritzschutz für den Hohlleiter.
2. Sicherstellen, dass weder Seifenlauge noch Wasser durch die kleinen Öffnungen an der Wand eindringen, da dies das Gerät beschädigen kann.
3. Verwenden Sie keine Sprühreiniger im Garraum.
4. Erhitzen Sie Ihr Gerät regelmäßig unter Verwendung der Heißluft und des Grills, siehe “Heizen ohne Speisen” auf Seite D-12. Speisereste oder Fettspritzer können Rauch oder unangenehme Gerüche verursachen.

Zubehör
Zubehör mit einem milden Spülmittel reinigen und nachtrocknen. Die Roste sind spülmaschinenfest.

SONDERHINWEIS bezüglich des DREHTELLERTRÄGERS
Nach jedem Garen den Drehtellerträger reinigen und zwar insbesondere rund um die Rollen. Die Rollen müssen frei von Lebensmittel-Spritzern und Fett sein.



Gerätetür:
Die Tür auf beiden Seiten, die Türdichtung und die Dichtungsoberflächen des öfteren mit einem feuchten Tuch abwischen, um Verschmutzungen zu entfernen. Keine harten, scheuernden Reinigungsmittel oder Metallschaber zum Reinigen der Glasscheibe des Geräts verwenden, da diese Hilfsmittel die Oberfläche verkratzen und das Glas somit zum Zerspringen bringen könnten.

HINWEIS: Die Hohlleiterabdeckung und das Zubehör sauber halten. Fett und andere Rückstände in Garraum oder an Zubehörteilen kann Rauch, Feuer und Funkenüberschlag bei der folgenden Nutzung des Gerätes verursachen.

BITTE PRÜFEN SIE DIE FOLGENDEN PUNKTE, BEVOR SIE DEN KUNDENDIENST RUFEN.

1. Stromversorgung
Überprüfen Sie, ob der Netzstecker richtig an eine spannungsführende Netzsteckdose angeschlossen ist.
Vergewissern Sie sich, dass die Netzsicherung/Sicherungsautomat in Ordnung sind.

2. Leuchtet die Garraumlampe bei geöffneter Tür? JA_____ NEIN _____

3. Stellen Sie einen Messbecher mit etwa 150 ml Wasser in das Gerät und schließen Sie die Tür.
Stellen Sie die Betriebsart Mikrowelle ein.
Programmieren Sie das Gerät auf 1 Minute bei 100 P Mikrowellenleistung und starten Sie es.
Leuchtet die Lampe? JA_____ NEIN _____
Dreht sich der Drehteller? JA_____ NEIN _____
HINWEIS: Der Drehteller dreht sich in beide Richtungen.
Arbeitet die Lüftung? JA_____ NEIN _____
(Legen Sie Ihre Hand über die Lüftungsöffnungen und prüfen Sie, ob Luft herauskommt.)
Ertönt der Signalton nach einer Minute? JA_____ NEIN _____
Erlischt die Anzeige "Garen"? JA_____ NEIN _____
Ist das Wasser im Messbecher nach dem gerade durchgeführten Betrieb heiß? JA_____ NEIN _____

4. Die Tasse aus dem Gerät nehmen. Stellen Sie 3 Minuten lang die **GRILL**-BETRIEBSART ein.
Wird nach 3 Minuten das Grill-Heizelement rot? JA_____ NEIN _____

5. Stellen Sie 3 Minuten lang die **HEISSLUFT**-BETRIEBSART ein (250°C).
Wird nach 3 Minuten der Garraum heiß? JA_____ NEIN _____

Falls für eine der obigen Fragen die Antwort "NEIN" ist, den Händler oder den SHARP-Kundendienst benachrichtigen und das Ergebnis der Prüfung mitteilen.

ACHTUNG: Wenn auf der Anzeige nichts angezeigt wird, obwohl der Stecker richtig angeschlossen ist, ist wahrscheinlich der Energiesparmodus aktiviert. Öffnen und schließen Sie die Tür, um den Energiesparmodus zu verlassen. Siehe Seite D-8.

HINWEISE:

1. In der 100 P, 90 P, 80 P Mikrowellen-Leistungsstufe, wird die Hitze langsam reduziert, um Überhitzung zu vermeiden.

2. Wenn Sie die Speisen in der Standardgarzeit in nur einer Betriebsart garen, wird die Leistung des Gerätes automatisch reduziert, um eine Überhitzung zu vermeiden. (Die Mikrowellenleistung wird vermindert und das Grillheizelement wird ein- und ausgeschaltet.)

Betriebsart	Standardzeit
Grillbetrieb	15 Min.
Kombi Heißluft (60 P Mirowellenleistung)	Mikro - 15 Min.
Kombi Grill (80 P Mirowellenleistung)	Mikro - 15 Min. Grill - 15 min.

3. Nach Abschluss des Garens und Öffnen der Tür wird auf dem Display möglicherweise "KUEH-LUNG" angezeigt. Wenn Sie während dieser Garprogramme die **STOP**-Taste drücken und die Tür öffnen, ist das Gebläse in Betrieb. Luft gelangt daher möglicherweise durch die Gebläseöffnungen.

WAS SIND MIKROWELLEN?

Mikrowellen sind wie Radio- und Fernsehwellen, elektromagnetische Wellen.
Mikrowellen werden im Mikrowellengerät vom Magnetron erzeugt und versetzen die Wassermoleküle im Lebensmittel in Schwingungen. Durch die verursachte Reibung entsteht Wärme, die dafür sorgt, dass die Speisen aufgetaut, erhitzt oder gegart werden.
Das Geheimnis der kurzen Garzeiten liegt darin, dass die Mikrowellen von allen Seiten direkt in das Gargut eindringen. Die Energie wird optimal ausgenutzt. Im Vergleich dazu gelangt die Energie beim Kochen mit dem Elektroherd über Umwege von der Herdplatte an den Kochtopf und dann erst zum Lebensmittel. Auf diesem Umweg geht viel Energie verloren.

EIGENSCHAFTEN DER MIKROWELLEN
Mikrowellen durchdringen alle nichtmetallischen Gegenstände aus Glas, Porzellan, Keramik, Kunststoff, Holz und Papier. Das ist der Grund dafür, warum diese Materialien in der Mikrowelle nicht erhitzt werden. Das Geschirr wird nur indirekt über die Speise erwärmt. Speisen nehmen Mikrowellen auf (absorbieren) und werden dadurch erhitzt.
Materialien aus Metall werden von der Mikrowelle nicht durchdrungen, die Mikrowellen werden zurückgeworfen (reflektiert). Deshalb sind Gegenstände aus Metall für die Mikrowelle in der Regel nicht geeignet. Es gibt jedoch Ausnahmen, wo Sie genau diese Eigenschaften ausnutzen können. So werden Speisen an bestimmten Stellen während des Auftauens oder Garens mit etwas Aluminiumfolie abgedeckt. Dadurch vermeiden Sie zu warme oder zu heiße bzw. übergarte Bereiche bei unregelmäßigen Teilen. Beachten Sie hierzu die folgenden Hinweise.

DAS KANN IHR NEUES KOMBI-MIKROWELLENGERÄT

MIKROWELLENBETRIEB
Sie können in Ihrem neuen Kombi-Mikrowellengerät durch Einsatz des Mikrowellenbetriebes zum Beispiel Tellergerichte oder Getränke schnell erhitzen oder in kürzester Zeit Butter oder Schokolade schmelzen. Für das Auftauen von Lebensmitteln ist die Mikrowelle ebenfalls hervorragend geeignet. In vielen Fällen ist es jedoch vorteilhaft, Mikrowelle mit Heißluft oder Grill zu kombinieren (Kombibetrieb).
Dann können Sie sowohl in kürzester Zeit garen als auch gleichzeitig bräunen. Im Vergleich zum konventionellen Braten ist die Garzeit in der Regel erheblich kürzer.

KOMBIBETRIEB (MIKROWELLENBETRIEB MIT HEIßLUFT ODER GRILL)
Durch die Kombination zweier Betriebsarten werden die Vorteile Ihres Gerätes sinnvoll miteinander kombiniert.
Sie haben die Möglichkeit zu wählen zwischen
- Mikrowelle + Heißluft (ideal für Braten, Geflügel, Aufläufe, Pizzen, Brot und Kuchen) und
- Mikrowelle + Grill (ideal für Kurzgebratenes, Braten, Geflügel, Hähnchenschenkel, Grillspieße, Käsetoasts und zum Gratinieren).

Durch den Einsatz des Kombibetriebs können Sie gleichzeitig garen und bräunen.
Der Vorteil liegt darin, dass die Heißluft oder die Hitze des Grills die Poren der Gargutrandschichten schnell versiegelt. Die Mikrowellen sorgen für eine kurze schonende Garzeit. Das Lebensmittel bleibt innen saftig und wird außen knusprig.

HEIßLUFTBETRIEB
Sie können die Heißluft auch ohne Mikrowellenbetrieb einsetzen. Die Ergebnisse entsprechen denen eines konventionellen Backofens.
Zirkulierende Luft erhitzt sehr schnell die äußeren Teile der Lebensmittel, so dass beispielsweise bei Fleisch der Fleischsaft nicht austreten kann und das Gargut nicht austrocknet. Dieser Versiegelungsprozess führt dazu, dass die Speisen schmackhaft bleiben und in kürzerer Zeit garen als bei konventionellen Geräten mit Ober- und Unterhitze.

GRILLBETRIEB
Ihr Gerät ist mit einem Quarzgrill an der Garraumdecke ausgestattet. Er kann wie jeder konventionelle Grill ohne Mikrowellenbetrieb benutzt werden. Sie können Gerichte schnell überbacken oder grillen. Besonders geeignet sind Steaks, Koteletts und Gerichte zum Überbacken.

DAS GEEIGNETE GESCHIRR FÜR DEN MIKROWELLENBETRIEB

GLAS UND GLAS-KERAMIK

Hitzebeständiges Glasgeschirr ist sehr gut geeignet. Der Garvorgang kann von allen Seiten beobachtet werden. Es darf jedoch nicht metallhaltig (z.B. Bleikristall) oder mit einer Metallauflage versehen sein (z.B. Goldrand, Kobaltblau).

KERAMIK

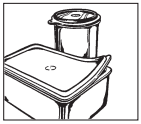
ist im allgemeinen gut geeignet. Keramik muss glasiert sein, da bei unglasierter Keramik Feuchtigkeit in das Geschirr eindringen kann. Feuchtigkeit erhitzt das Material und kann es zum Zerspringen bringen. Falls Sie nicht sicher sind, ob Ihr Geschirr für die Mikrowelle geeignet ist, führen Sie den Geschirr-Eignungstest durch. Siehe Seite D-32.

PORZELLAN

ist sehr gut geeignet. Achten Sie darauf, dass das Porzellan keine Gold- oder Silberauflage hat bzw. nicht metallhaltig ist.

KUNSTSTOFF

Hitzebeständiges, mikrowellengeeignetes Kunststoffgeschirr ist zum Auftauen, Erhitzen und Garen geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers.

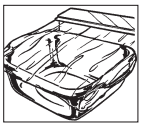


PAPIER-GESCHIRR

Hitzebeständiges, mikrowellengeeignetes Papiergeschirr ist ebenfalls geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers.

KÜCHENPAPIER

kann benutzt werden, um entstehende Feuchtigkeit bei kurzen Erhitzungsvorgängen aufzunehmen, z.B. von Brot oder Paniertem. Das Papier zwischen die Speise und den Drehteller legen. So bleibt die Oberfläche der Speise knusprig und trocken. Durch Abdecken von fettigen Speisen mit Küchenpapier

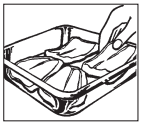


MIKROWELLENFOLIE

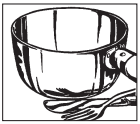
oder hitzebeständige Folie ist zum Abdecken oder Umwickeln gut geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers.

BRATBEUTEL

können im Mikrowellengerät verwendet werden. Metallclipse sind jedoch zum Verschließen ungeeignet, da die Bratbeutelfolie schmelzen kann. Nehmen Sie Bindfaden zum Verschließen und stechen Sie den Bratbeutel mehrmals mit einer Gabel ein. Nicht hitzebeständige Folie, wie z.B. Frischhaltefolie, ist für die Benutzung im Mikrowellengerät nicht empfehlenswert.



METALL



sollte in der Regel nicht verwendet werden, da Mikrowellen Metall nicht durchdringen und so nicht an die Speisen gelangen können. Es gibt jedoch Ausnahmen: Schmale Streifen aus Aluminiumfolie können zum Abdecken von Teilen verwendet werden, damit diese nicht zu schnell auftauen oder garen (z.B. die Flügel beim Hähnchen).
Kleine Metallspieße und Aluminiumschalen (z.B. bei Fertiggerichten) können benutzt werden.

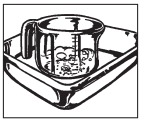
Sie müssen aber im Verhältnis zur Speise klein sein, z.B. müssen Aluminiumschalen mindestens ⅔ bis ¾ mit Speise gefüllt sein. Empfehlenswert ist, die Speise in mikrowellengeeignetes Geschirr umzufüllen. Bei Verwendung von Aluminiumschalen oder anderem Metallgeschirr muss ein Mindestabstand von ca. 2,0 cm zu den Garraumwänden eingehalten werden, da diese sonst durch mögliche Funkenbildung beschädigt werden können.

KEIN GESCHIRR MIT METALLAUFLAGE,

Metallteilen oder Metalleinschlüssen, wie z.B. mit Schrauben, Bändern oder Griffen verwenden.

DAS GEEIGNETE GESCHIRR

GESCHIRR-EIGNUNGSTEST



Wenn Sie nicht sicher sind, ob Ihr Geschirr mikrowellengeeignet ist, führen Sie folgenden Test durch: Das Geschirr in das Gerät stellen. Ein Glasgefäß mit 150 ml Wasser gefüllt auf oder neben das Geschirr stellen. Schalten Sie die Mikrowelle für 1 bis 2 Minuten auf Leistung 100 P an. Wenn das Geschirr kühl oder handwarm bleibt, ist es geeignet. Diesen Test nicht für Kunststoffgeschirr durchführen. Es könnte schmelzen.

DAS GEEIGNETE GESCHIRR FÜR DEN KOMBIBETRIEB

Im allgemeinen ist hitzebeständiges Mikrowellengeschirr z.B. aus Porzellan, Keramik oder Glas auch für den Kombibetrieb (Mikrowelle und Heißluft, Mikrowelle und Grill) geeignet. Beachten Sie jedoch, dass das Geschirr durch Heißluft oder Grill sehr heiß wird. Kunststoffgeschirr und -folie sind für den Kombibetrieb nicht geeignet. Verwenden Sie kein Küchen- oder Backpapier. Es könnte überhitzen und sich entzünden.

METALL

sollte in der Regel nicht verwendet werden. Ausnahmen sind beschichtete Backformen, durch die auch die Randschichten der Speisen, wie z.B. Brot, Kuchen und pikante Kuchen gut gebräunt werden. Beachten Sie die Hinweise für das geeignete Geschirr im Mikrowellenbetrieb. Falls es zur Funkenbildung kommt, ein wärmefestes Isoliermaterial, z.B. einen kleinen Porzellanteller zwischen der Metallform und dem Rost stellen. Beim Auftreten von Funkenbildung diese Materialien für das Garen im KOMBIBETRIEB nicht mehr verwenden.

DAS GEEIGNETE GESCHIRR FÜR DEN HEIßLUFT- UND GRILLBETRIEB

Für das Garen mit Heißluft oder Grill ohne Mikrowellenbetrieb können Sie das Geschirr benutzen, das auch für jeden konventionellen Backofen oder Grill geeignet ist.

TIPPS UND TECHNIKEN

BEVOR SIE BEGINNEN...

Um Ihnen den Umgang mit der Mikrowelle so einfach wie möglich zu machen, haben wir für Sie die wichtigsten Hinweise und Tipps nachfolgend zusammengestellt: Starten Sie Ihr Gerät nur dann, wenn sich Lebensmittel im Garraum befinden.

EINSTELLUNG DER ZEITEN

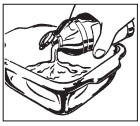
Die Auftau-, Erhitzungs- und Garzeiten sind im allgemeinen erheblich kürzer als in einem konventionellen Herd oder Backofen. Halten Sie sich deshalb an die in diesem Kochbuch empfohlenen Zeiten. Stellen Sie die Zeiten eher kürzer als länger ein. Machen Sie nach dem Garen eine Garprobe. Lieber kurz nachgaren als etwas übergaren lassen.

AUSGANGSTEMPERATUR

Die Auftau-, Erhitzungs- und Garzeiten sind von der Ausgangstemperatur der Lebensmittel abhängig. Tiefgefrorene und kühlschranktemperierte Lebensmittel benötigen beispielsweise länger als raumtemperierte.
Für das Erhitzen und Garen von Lebensmitteln werden normale Lagertemperaturen vorausgesetzt (Kühlschranktemperatur ca. 5°C, Raumtemperatur ca. 20°C). Für das Auftauen von Lebensmitteln wird von -18°C Tiefkühltemperatur ausgegangen.

Popcorn nur in speziellen mikrowellengeeigneten Popcorn-Behältern zubereiten. Richten Sie sich genau nach den Angaben des Herstellers. Keine normalen Papierbehälter oder Glasgeschirr verwenden.

Eier nicht in der Schale kochen. In der Schale baut sich Druck auf, der zum Explodieren des Eies führen könnte. Das Eigelb vor dem Garen anstechen.



Kein Öl oder Fett zum Fritieren im Mikrowellengerät erhitzen. Die Temperatur des Öls kann nicht kontrolliert werden. Das Öl könnte plötzlich aus dem Gefäß spritzen.
Keine geschlossenen Gefäße, wie Gläser oder Dosen, erhitzen. Durch den entstehenden Druck könnten die Gefäße zerspringen. (Ausnahme: Einkochen).

ALLE ANGEGEBENEN ZEITEN...
in diesem Kochbuch sind Richtwerte, die je nach Ausgangstemperatur, Gewicht und Beschaffenheit (Wasser-, Fettgehalt etc.) der Lebensmittel variieren können.

SALZ, GEWÜRZE UND KRÄUTER
In der Mikrowelle gegarte Speisen erhalten ihren Eigengeschmack besser als bei konventionellen Zubereitungsarten. Verwenden Sie deshalb Salz sehr sparsam und salzen Sie in der Regel erst nach dem Garen. Salz bindet Flüssigkeit und trocknet die Oberfläche aus. Gewürze und Kräuter können wie gewohnt verwendet werden.

GARPROBEN:
Der Garzustand von Speisen kann wie bei konventioneller Zubereitung getestet werden:

- Speisenthermometer: Jede Speise hat bei Abschluss des Erhitzungs- oder Garvorgangs eine bestimmte Innentemperatur. Mit einem Speisenthermometer können Sie feststellen, ob die Speise heiß genug bzw. gegart ist.
- Gabel: Fisch können Sie mit einer Gabel prüfen. Wenn das Fischfleisch nicht mehr glasig ist und sich leicht von den Gräten löst, ist es gar. Ist es übergart, wird es zäh und trocken.
- Holzstäbchen: Kuchen und Brot können durch Einstechen eines Holzstäbchens getestet werden. Wenn das Stäbchen nach dem Herausziehen sauber und trocken bleibt, ist die Speise gar.

GARZEITBESTIMMUNG MIT DEM SPEISENTHERMOMETER
Jedes Getränk und jede Speise hat nach Ende des Garvorgangs eine bestimmte Innentemperatur, bei der der Garvorgang abgeschlossen werden kann und das Ergebnis gut ist. Die Innentemperatur können Sie mit einem Speisenthermometer feststellen. In der Temperaturtabelle sind die wichtigsten Temperaturen angegeben.

TABELLE: GARZEITBESTIMMUNG MIT DEM SPEISENTHERMOMETER

Getränk/Speise	Innentemperatur am Ende de Garzeit	Innentemperatur nach 10 bis 15 Minuten Standzeit
Getränke erhitzen (Kaffee, Wasser, Tee, etc.)	65-75°C	
Milch erhitzen	75-80°C	
Suppen erhitzen	75-80°C	
Eintöpfe erhitzen	75-80°C	
Geflügel	80-85°C	85-90°C
Lammfleisch		
Rosa gebraten	70°C	70-75°C
Durchgebraten	75-80°C	80-85°C
Roastbeef		
Leicht angebraten (rare)	50-55°C	55-60°C
Halb durchgebraten (medium)	60-65°C	65-70°C
Gut durchgebraten (welldone)	75-80°C	80-85°C
Schweine-, Kalbfleisch	80-85°C	80-85°C

WASSERZUGABE
Gemüse und andere sehr wasserhaltige Lebensmittel können im eigenen Saft oder mit wenig Wasserzugabe gegart werden. Dadurch bleiben viele Vitamine und Mineralstoffe im Lebensmittel erhalten.

LEBENSMITTEL MIT HAUT ODER SCHALE
wie Würstchen, Hähnchen, Hähnchenschenkel, Pellkartoffeln, Tomaten, Äpfel, Eigelb oder ähnliches, mit einer Gabel oder einem Holzstäbchen einstechen. Dadurch kann der sich bildende Dampf entweichen, ohne dass die Haut oder Schale platzt.

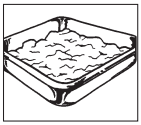
FETTE SPEISEN
Mit Fett durchwachsenes Fleisch und Fettschichten garen schneller als magere Teile. Decken Sie deshalb diese Teile beim Garen mit etwas Aluminiumfolie ab oder legen Sie die Lebensmittel mit der fetten Seite nach unten.

BLANCHIEREN VON GEMÜSE
Gemüse sollte vor dem Einfrieren blanchiert werden. So bleiben die Qualität und die Aromastoffe am besten erhalten. Verfahren: Das Gemüse waschen und zerkleinern. 250 g Gemüse mit 275 ml Wasser in eine Schüssel geben und abgedeckt 3-5 Minuten erhitzen. Nach dem Blanchieren sofort in Eiswasser tauchen, um ein Weiterkochen zu verhindern, und danach abtropfen lassen. Das blanchierte Gemüse luftdicht verpacken und einfrieren.

EINKOCHEN VON OBST UND GEMÜSE
Das Einkochen in der Mikrowelle ist schnell und einfach. Im Handel gibt es speziell für die Mikrowelle geeignete Einmachgläser, Gummiringe und passende Einmachklammern aus Kunststoff. Die Hersteller geben genaue Anwendungshinweise.

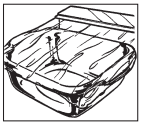
KLEINE UND GROSSE MENGEN
Die Mikrowellenzeiten sind direkt abhängig von der Menge des Lebensmittels, das Sie auftauen, erhitzen oder garen möchten. Das bedeutet, kleine Portionen garen schneller als große. Als Faustregel gilt:
DOPPELTE MENGE=FAST DOPPELTE ZEIT
HALBE MENGE=HALBE ZEIT

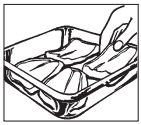
HOHE UND FLACHE GEFÄSSE
Beide Gefäße haben das gleiche Fassungsvermögen, aber in der hohen Form ist die Garzeit länger als in der flachen. Bevorzugen Sie deshalb möglichst flache Gefäße mit großer Oberfläche. Hohe Gefäße nur für Gerichte verwenden, bei denen die Gefahr des Überkochens besteht, z.B. für Nudeln, Reis, Milch etc.



RUNDE UND OVALE GEFÄSSE
In runden und ovalen Formen garen Speisen gleichmäßiger als in eckigen, da sich in Ecken Mikrowellenenergie konzentriert und die Speise an diesen Stellen übergaren könnte.

ABDECKEN
Durch Abdecken bleibt die Feuchtigkeit im Lebensmittel erhalten und die Garzeit verkürzt sich. Zum Abdecken einen Deckel, Mikrowellenfolie oder eine Abdeckhaube verwenden. Speisen, die eine Kruste erhalten sollen, z.B. Braten oder Hähnchen, nicht abdecken. Es gilt die Regel, was im konventionellen Herd abgedeckt wird, sollte auch im Mikrowellengerät abgedeckt werden. Was im Herd offen gegart wird, kann auch im Mikrowellengerät offen gegart werden.



UNREGELMÄSSIGE TEILE

mit der dickeren bzw. kompakten Seite nach außen platzieren. Gemüse (z.B. Broccoli) mit den Stielen nach außen legen. Dickere Teile benötigen eine längere Garzeit und erhalten an den Außenseiten mehr Mikrowellenenergie, so dass die Lebensmittel gleichmäßig garen.

UMRÜHREN

Das Umrühren der Speisen ist notwendig, da die Mikrowellen zuerst die äußeren Bereiche erhitzen. Dadurch wird die Temperatur ausgeglichen und die Speise gleichmäßig erhitzt.

ANORDNUNG
Mehrere Einzelportionen, z.B. Puddingförmchen, Tassen oder Pellkartoffeln, ringförmig auf dem Drehteller anordnen. Zwischen den Portionen Platz lassen, so dass die Mikrowellenenergie von allen Seiten eindringen kann.

WENDEN
Mittelgroße Teile, wie Hamburger und Steaks, während des Garvorgangs einmal wenden, um die Garzeit zu verkürzen. Große Teile, wie Braten und Hähnchen, müssen gewendet werden, da die nach oben gerichtete Seite mehr Mikrowellenenergie erhält und austrocken könnte, falls nicht gewendet wird.

STANDZEIT

Die Einhaltung der Standzeit ist eine der wichtigsten Mikrowellen-Regeln. Fast alle Speisen, die in der Mikrowelle aufgetaut, erhitzt oder gegart werden, benötigen eine kurze oder längere Standzeit, in der ein Temperaturausgleich stattfindet und sich die Flüssigkeit in der Speise gleichmäßig verteilen kann.

ERHITZEN

- Fertiggerichte in Aluminiumbehältern sollten herausgenommen und auf einem Teller oder in einer Schüssel erhitzt werden.
- Speisen mit Mikrowellenfolie, Teller oder Abdeckhaube (im Handel erhältlich) abdecken, damit die Oberfläche nicht austrocknet. Getränke müssen nicht abgedeckt werden.
- Bei fest verschlossenen Gefäßen die Deckel entfernen. Beim Kochen von Flüssigkeiten wie Wasser, Kaffee, Tee oder Milch, einen Glasstab in das Gefäß stellen.
- Größere Mengen, wenn möglich, zwischendurch umrühren, so dass sich die Temperatur gleichmäßig verteilt.
- Die Zeiten sind für Lebensmittel bei einer Zimmertemperatur von 20°C angegeben. Bei kühlschranktemperierten Lebensmitteln erhöht sich die Erhitzungszeit geringfügig.
- Lassen Sie die Speisen nach dem Erhitzen 1-2 Minuten stehen, so dass sich die Temperatur gleichmäßig innerhalb der Speise verteilt (Standzeit).
- Die angegebenen Zeiten sind Richtwerte, die je nach Ausgangstemperatur, Gewicht, Wassergehalt, Fettgehalt und gewünschtem Endzustand etc. variieren können.

AUFTAUEN

Die Mikrowelle ist ideal zum Auftauen von Lebensmitteln. Die Auftauzeiten sind in der Regel erheblich kürzer als beim Auftauen auf herkömmliche Weise.
Nachfolgend einige Tipps.
Nehmen Sie das Gefriergut aus der Verpackung und legen Sie es zum Auftauen auf einen Teller.

VERPACKUNGEN UND BEHÄLTER

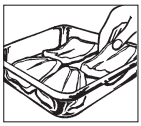
Gut geeignet zum Auftauen und Erhitzen von Speisen sind mikrowellengeeignete Verpackungen und Behälter, die sowohl tiefkühlgeeignet (bis ca. -40°C) als auch hitzebeständig (bis ca. 220°C) sind. So können Sie im gleichen Geschirr auftauen, erhitzen und sogar garen, ohne die Speise zwischendurch umfüllen zu müssen.

ABDECKEN

Dünnere Teile vor dem Auftauen mit kleinen Aluminiumstreifen abdecken. Angetaute oder warme Teile während des Auftauens ebenfalls mit Aluminiumstreifen abdecken. Dies verhindert, dass dünnere Teile bereits zu heiß werden, während dickere Teile noch gefroren sind.

DIE MIKROWELLENLEISTUNG...

eher niedriger als zu hoch wählen. So erzielen Sie ein gleichmäßiges Auftauergebnis. Ist die Mikrowellenleistung zu hoch, gart die Speisenoberfläche bereits an, während das Innere noch gefroren ist.



WENDEN/UMRÜHREN

Fast alle Lebensmittel müssen zwischendurch einmal gewendet oder umgerührt werden. Teile, die aneinanderhaften, so bald wie möglich voneinander trennen und umordnen.

KLEINERE MENGEN...

tauen gleichmäßiger und schneller auf als große. Wir empfehlen deshalb, möglichst kleine Portionen einzufrieren. So können Sie sich schnell und einfach ganze Menüs zusammenstellen.

EMPFINDLICHE LEBENSMITTEL,

wie Torte, Sahne, Käse und Brot, nicht vollständig auftauen, sondern nur antauen und bei Raum-temperatur fertig auftauen. Dadurch wird vermieden, dass die äußeren Bereiche bereits zu heiß werden, während die inneren noch gefroren sind.

DIE STANDZEIT...

nach dem Auftauen von Lebensmitteln ist besonders wichtig, da der Auftauvorgang während dieser Zeit fortgesetzt wird. In der Auftautabelle finden Sie die Standzeiten für verschiedene Lebensmittel. Dicke, kompakte Lebensmittel benötigen eine längere Standzeit als flache oder Lebensmittel mit poröser Struktur. Sollte das Lebensmittel nicht ausreichend aufgetaut sein, können Sie es weiter im Mikrowellengerät auftauen oder die Standzeit entsprechend verlängern. Die Lebensmittel nach der Standzeit möglichst sofort weiterverarbeiten und nicht wieder einfrieren.

AUFTAUEN UND GAREN

Tiefkühl-Gerichte können in der Mikrowelle in einem Arbeitsgang aufgetaut und gleichzeitig gegart werden. In der Tabelle finden Sie hierzu einige Beispiele. (Siehe Seite D-38).
Beachten Sie außerdem die allgemeinen Hinweise zu “Erhitzen” und “Auftauen” von Lebensmitteln.

Für die Zubereitung von handelsüblichen Tiefkühl-Fertiggerichten richten Sie sich bitte nach den Herstellerangaben auf der Verpackung. In der Regel werden genaue Garzeiten und Hinweise für die Zubereitung im Mikrowellengerät gegeben.

GAREN VON FLEISCH, FISCH UND GEFLÜGEL

- Achten Sie beim Einkauf darauf, dass die Stücke möglichst gleichmäßig sind. So erhalten Sie ein gutes Garergebnis.
- Fleisch, Fisch und Geflügel vor der Zubereitung gründlich unter fließend kaltem Wasser abwaschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Danach wie gewohnt weiterverarbeiten.
- Rindfleisch sollte gut abgehangen und sehnenarm sein.
- Trotz gleicher Größe der Stücke kann das Garergebnis unterschiedlich ausfallen.
  Dies liegt u.a. an der Art des Lebensmittels, am unterschiedlichen Fett- und Flüssigkeitsgehalt als auch an der Temperatur vor dem Garen.
- Größere Fleisch-, Fisch- und Geflügelstücke nach der halben Garzeit wenden, so dass sie von allen Seiten gleichmäßig gegart werden.
- Decken Sie Braten nach dem Garen mit Aluminiumfolie ab und lassen ihn ca. 10 Minuten ruhen (Standzeit). Während dieser Zeit gart der Braten nach, und die Flüssigkeit verteilt sich gleichmäßig, so dass beim Anschneiden weniger Fleischsaft verlorengeht.

GAREN VON FRISCHEM GEMÜSE

- Achten Sie beim Kauf von Gemüse darauf, dass die Stücke möglichst gleichmäßig sind. Dies ist vor allem dann wichtig, wenn Sie das Gemüse im Stück garen möchten (z.B. Pellkartoffeln).
- Gemüse vor der Zubereitung waschen, putzen und dann erst die erforderliche Menge für das Rezept abwiegen und zerkleinern.
- Würzen Sie wie gewohnt, aber salzen Sie in der Regel erst nach dem Garen.
- Pro 500 g Gemüse ca. 5 EL Wasser zugeben. Faserreiches Gemüse benötigt etwas mehr Wasserzugabe.
- Gemüse wird in der Regel in einer Schüssel mit Deckel gegart. Flüssigkeitsreiche Gemüsesorten, wie z.B. Gemüsezwiebeln oder Pellkartoffeln, können ohne Wasserzugabe in Mikrowellenfolie gegart werden.
- Gemüse nach der Hälfte der Garzeit umrühren oder wenden.
- Nach dem Garen das Gemüse ca. 2 Minuten stehenlassen, damit sich die Temperatur gleichmäßig verteilt (Standzeit).
- Die angegebenen Garzeiten sind Richtwerte und hängen vom Gewicht, der Ausgangstemperatur und der Beschaffenheit der Gemüsesorte ab. Je frischer das Gemüse ist, desto kürzer sind die Garzeiten.

SYMBOL ERKLÄRUNG

MIKROWELLENBETRIEB
Ihre Mikrowelle verfügt über 11 Leistungsstufen. Zur Wahl der Mikrowellenleistung sollten Sie sich an den Angaben in diesem Kochbuch orientieren. Folgen Sie im Allgemeinen den Anweisungen auf Seite D-10.

GRILLBETRIEB
Vielseitig einzusetzen zum Überbacken und Grillen von Fleisch, Geflügel und Fisch.

HEISSLUFTBETRIEB (HEISSLUFT)
Sie können bei dieser Betriebsart zwischen 10 Heißluftstufen (40°C - 250°C) wählen.

KOMBI BETRIEB (KOMBI HEISSLUFT) MIKROWELLE UND HEISSLUFT
Diese Art von Betrieb ermöglicht es Ihnen die verschiedenen Leistungsstufen der Mikrowelle 10 P bis 60 P mit der gewünschten Heißlufttemperatur (40°C - 250°C) zu kombinieren.

KOMBI BETRIEB (KOMBI GRILL) MIKROWELLE UND GRILL
Diese Art von Betrieb erlaubt es Ihnen, die Leistungsstufen der Mikrowelle 10 P bis 80 P mit dem Grill zu kombinieren.

VERWENDETE ABKÜRZUNGEN

P = Prozent		
EL = Esslöffel	g = Gramm	Pck = Päckchen
TL = Teelöffel	l = Liter	Sec = Sekunden
Ta = Tasse	ml = Milliliter	TK = Tiefkühlprodukt
Min = Minuten	cm = Zentimeter	F.i.Tr. = Fett in der Trockenmasse
kg = Kilogramm	Durchm = Durchmesser	ca. = circa

TABELLEN

TABELLE: AUFTAUEN MIT MIKROWELLE

Lebensmittel	Menge -g-	Leistungsstufe	Auftauzeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Würstchen	300	30 P	3½-4	nebeneinander legen, nach der halben Auftauzeit wenden	5-10
Aufschnitt	200	30 P	2-4	nach je 1 Min. die äußeren Scheiben abnehmen	5
Fisch im Stück	700	30 P	9-11	nach der halben Auftauzeit wenden	30-60
Krabben	300	30 P	4-6	nach der halben Auftauzeit wenden und aufgetaute Teile abnehmen	5
Fischfilet	400	30 P	5-7	nach der halben Auftauzeit wenden	5-10
Brot, ganz	1000	30 P	8-10	nach der halben Auftauzeit wenden	15
Sahne	200	30 P	2+2	den Deckel entfernen: nach 2 Min. Auftauzeit in eine Schüssel geben und weiter auftauen lassen	5-10
Butter	250	30 P	2-3	nur antauen	15
Obst wie Erdbeeren, Himbeeren, Kirschen, Pflaumen	250	30 P	2-4	gleichmäßig nebeneinander legen, nach der halben Auftauzeit wenden	5

Zum Auftauen von Geflügel, Hähnchenschenkeln, Koteletts, Steaks, Bratenfleisch, Hackfleisch, Brot in Scheiben und Sahnetorte bitte die Automatikprogramme zum Auftauen benutzen.

TABELLE: AUFTAUEN UND GAREN

Lebensmittel	Menge -g-	Einstellung	Leistungsstufe	Garzeit -Min-	Wasserzugabe	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Fischfilet z.B. Schlemmerfilet "Bordelaise"	400		100 P	10-12	-	aus der Packung nehmen, in eine Auflaufform geben und mit Mikrowellenfolie abdecken	1-2
Forelle, 1 Stück	250-300		100 P	5-6	-	abdecken	1-2
Tellergericht	400		100 P	6-8	-	abdecken, nach 5 Minuten umrühren	2
Gemüse	300		100 P	6½-8	5 EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren	2
Gemüse	450		100 P	8-10	5 EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren	2

TABELLE: GAREN VON FRISCHEM GEMÜSE

Lebensmittel	Menge -g-	Leistungsstufe	Auftauzeit -Min-	Verfahrenshinweise	Wassermenge -EL-
Gemüse	300	100 P	5-7	wie üblich vorbereiten, abdecken	5
(z.B. Blumenkohl, Porree, Fenchel, Brokkoli, Paprika, Zucchini)	500	100 P	8-10	zwischendurch umrühren	5

TABELLE: ERHITZEN VON GETRÄNKEN UND SPEISEN

Getränk/Speise	Menge -g/ml-	Leistungsstufe	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise
Getränke, 1 Tasse	150	100 P	½-1	nicht abdecken
Tellergericht (Gemüse, Fleisch und Beilagen)	400	100 P	2½-4	Sauce mit Wasser beträufeln, abdecken, zwischendurch umrühren
Eintopf, Suppe	200	100 P	1-2	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Beilagen	200	100 P	ca.1½	mit etwas Wasser beträufeln, abdecken, zwischendurch umrühren
Fleisch, 1 Scheibe [1]	200	100 P	ca.2	mit etwas Sauce beträufeln, abdecken,
Würstchen, 2 Stück	180	40 P	2-2½	die Haut mehrmals einstechen
Babynahrung, 1 Glas	190	40 P	½-1	Deckel entfernen, nach dem Erhitzen gut umrühren und die Temperatur prüfen
Margarine oder Butter schmelzen [1]	50	100 P	ca.½	abdecken
Schokolade schmelzen	100	40 P	ca.3	zwischendurch umrühren
6 Blatt Gelatine auflösen	10	40 P	½-1	in Wasser einweichen, gut ausdrücken und in eine Suppentasse geben; zwischendurch umrühren

[1] ab Kühlschranktemperatur.

TABELLE: BRATEN VON FLEISCH UND GEFLÜGEL

Fleisch und Geflügel	Menge -g-	Einstellung	Leistungsstufe/ Temperatur	Garzeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Braten (Schwein, Kalb Lamm)	500		50 P/160°C	8-10 (*)	Nach Geschmack würzen, auf den niedrigen Rost legen, nach (*) wenden	5
			50 P/160°C	8-10		
	1000		50 P/130°C	17-20 (*)		10
			50 P/130°C	14-16		
	1500		50 P/130°C	28-32 (*)		10
			50 P/130°C	23-27		
Roastbeef medium	1000		30 P/200°C	17-19 (*)	Nach Geschmack würzen, mit der fetten Seite nach unten auf den niedrigen Rost legen, nach (*) wenden	10
			30 P/200°C	6-8		
	1500		30 P/200°C	25-27 (*)		
			30 P/200°C	13-15		
Hackbraten	1000		60 P/230°C	21-23	Hackfleischteig aus gemischtem Hack (halb Schwein/halb Rind) zubereiten, flach in eine Auflaufform legen und auf dem niedrigen Rost garen	10 10
Hähnchen	1200		30 P/220°C	17-20 (*)	Die Haut des Hähnchens anstechen, mit Öl, Paprika, Salz und Pfeffer würzen, mit der Brustseite nach unten auf den niedrigen Rost legen, nach (*) wenden	3
			30 P/220°C	17-20		
Hähnchen-schenkel	600		10 P/230°C	11-13 (*)	Die Haut des Hähnchenschenkel anstechen, mit Öl, Paprika, Salz und Pfeffer würzen, mit der Hautseite nach unten auf den niedrigen Rost legen, nach (*) wenden	3
			10 P/230°C	9-11		

TABELLEN

TABELLE: GRILLEN, GRATINIEREN

Gericht	Menge -g-	Ein-stellung	Leistungsstufe	Garzeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Steaks 2 Stück	400	 		7-9 (*) 4-6	Auf den hohen Rost legen, nach (*) wenden, nach dem Grillen würzen	2
Lammkoteletts 2 Stück	300	 		9-12 6-8	Auf den hohen Rost legen, nach (*) wenden, nach dem Grillen würzen	2
Grillwürste	400	 		7-9 (*) 5-6	Auf den hohen Rost legen, nach (*) wenden	2
Gratinieren				10-14	Auflaufform auf den niedrigen Rost legen	10
Käsetoasts 4 Stück		 	50 P	½ 5-7	Toastbrot toasten, mit Butter bestreichen mit einer Scheibe gekochten Schinken, einer Scheibe Ananas und einer Scheibe Schmelzkäse belegen. Diesen in der Mitte einstechen und auf den hohen Rost legen	

TABELLE: AUFBACKEN VON TIEFGEKÜHLTEN SNACKS

Tiefkühl- Snacks	Menge -g-	Ein-stellung	Leistungsstufe/ Temperatur	Garzeit -Min-	Verfahrenshinweise
Pommes frites (normal)	250	 	60 P	4-5 2-4 (*) 3-4	In eine flache Auflaufform legen und auf den hohen Rost stellen, nach (*) wenden
(dünn)	250	 	60 P	3-4 3-5 (*) 3-4	
Steinofenpizza (dünner Boden, vorgebacken)	300-400		20 P/220°C	10-12	Auf 220°C vorheizen. Auf den hohen Rost legen
Amerikanische Pizza (dicker Boden, vorgebacken)	400-500		30 P/220°C	9-11	Auf 220°C vorheizen. Auf den hohen Rost legen
Baguettes mit Belag	250	 	20 P/230°C	8-10 ca.2	Auf den hohen Rost legen

ABWANDLUNG VON KONVENTIONELLEN REZEPTEN

● **Für den Mikrowellenbetrieb**

Wenn Sie Ihre altbewährten Rezepte auf die Mikrowelle abwandeln wollen, sollten Sie folgendes beachten:
Die Garzeiten um ein Drittel bis zur Hälfte verkürzen. Orientieren Sie sich an den Rezepten in diesem Kochbuch.
Flüssigkeitsreiche Lebensmittel wie Fleisch, Fisch, Geflügel, Gemüse, Obst, Eintöpfe und Suppen können problemlos in der Mikrowelle zubereitet werden. Bei flüssigkeitsarmen Lebensmitteln, wie Tellergerichte, sollte die Oberfläche vor dem Erhitzen oder Garen angefeuchtet werden.
Die Flüssigkeitszugabe bei rohen Lebensmitteln, die gedünstet werden, auf etwa zwei Drittel der Menge im Originalrezept reduzieren. Falls notwendig, während des Garens Flüssigkeit zugeben.
Die Fettzugabe kann erheblich reduziert werden. Eine kleine Menge Butter, Margarine oder Öl ist ausreichend, um der Speise Geschmack zu geben.
Deshalb ist die Mikrowelle hervorragend zur Zubereitung fettarmer Speisen im Rahmen einer Diät geeignet.

● **Für den Kombibetrieb**

Im allgemeinen gelten die gleichen Regeln wie für den Mikrowellenbetrieb. Zusätzlich sollten Sie folgende Hinweise beachten:

1. Orientieren Sie sich bei der Wahl der Heißlufttemperatur an den entsprechenden Rezepten in diesem Kochbuch. Bei langen Garzeiten die Temperatur nicht zu hoch wählen, da die Speise sonst außen zu schnell bräunt, während sie innen noch nicht gar ist.
2. Die Mikrowellenleistung sollte auf die Art des Lebensmittels und die Garzeit abgestimmt werden. Richten Sie sich nach den Rezepten in diesem Kochbuch.
3. Wenn Sie Speisen im Kombibetrieb Mikrowelle Grill zubereiten, sollten Sie folgendes beachten: Für große, dicke Lebensmittel, wie z.B. Schweinebraten, ist die Mikrowellenzeit entsprechend länger als für kleine, flache Lebensmittel. Beim Grill verhält es sich jedoch umgekehrt. Je näher das Lebensmittel an den Grill gelangt, desto schneller wird es braun. Das heißt, wenn Sie große Bratenstücke im Kombibetrieb zubereiten, ist die Grillzeit gegebenenfalls kürzer als für kleinere Bratenstücke.
4. Für das Garen im Kombibetrieb oder nur mit Heißluft wird in der Regel der niedrige Rost eingesetzt. Für das Grillen benutzen Sie den hohen Rost, um eine schnelle und gleichmäßige Bräunung zu erzielen (Ausnahme: große, dicke Lebensmittel und Aufläufe werden auch auf dem niedrigen Rost gegrillt).

DER UMGANG MIT DEN REZEPTEN

- Alle Rezepte in diesem Kochbuch sind - wenn nicht anders angegeben - für 4 Portionen berechnet.
- Empfehlungen für das geeignete Geschirr und die Gesamtgarzeit finden Sie jeweils am Anfang der Rezepte.
- Wenn in den Rezepten die Verwendung des hohen oder niedrigen Rostes angegeben wird, bitte ausschließlich die runden Roste verwenden.
- Es wird in der Regel von verzehrsfertigen Mengen ausgegangen, außer wenn speziell etwas anderes angegeben ist.
- Die in den Rezepten angegebenen Eier haben ein Gewicht von ca. 55 g (Gewichtsklasse M).

Vorspeisen und Snacks

Deutschland

Champignontoast

Champignontoast

Gesamtgarzeit: ca. 3-4 Minuten
Geschirr: Hoher Rost

Zutaten

2	*TL*	*Butter oder Margarine*
2		*Knoblauchzehen, zerdrückt*
4		*Toaststscheiben*
75	*g*	*Champignons, in Scheiben*
		Salz, Pfeffer
75	*g*	*geriebenen Käse*
4	*TL*	*Petersilie, fein gehackt*
		Paprika, edelsüß

Zubereitung

1. Die Butter, den Knoblauch und das Salz verrühren.
2. Die Toaststscheiben toasten und mit der Knoblauchbutter bestreichen. Mit den Champignons belegen und mit Salz und Pfeffer bestreuen.
3. Den Käse mit der Petersilie mischen und auf die Champignons geben. Mit Paprika bestreuen.
4. Toasts auf den hohen Rost legen und gratinieren.

3-4 Min.		30 P

Schweiz

Schweizer Käsewähe

Gesamtgarzeit: ca. 32-36 Minuten
Geschirr: runde Back- oder Quicheform (Durchm. ca. 30-32 cm)

Zutaten

250	*g*	*Mehl*
120	*g*	*Butter oder Margarine*
80	*ml*	*Wasser*
1	*TL*	*Salz*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
170	*g*	*geriebener Emmentaler*
170	*g*	*geriebener Greyerzer*
4	*EL*	*Mehl (40g)*
3		*Eier*
270	*ml*	*Milch*
120	*g*	*Joghurt, Magerstufe*
1	*TL*	*Salz*
		Muskatnuss

Zubereitung

1. Mehl, Butter, Wasser und Salz verkneten. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche ausrollen. Die Form einfetten, den Teig hineinlegen am Rand hochziehen und mit der Gabel mehrmals einstechen.
2. Die Form auf den niedrigen Rost stellen und den Teig vorbacken.

12-14 Min.		40 P/230°C

3. Die Zwiebel mit dem Käse und dem Mehl mischen. Die Eier, die Milch, den Joghurt und die Gewürze miteinander verschlagen. Die Käsemischung zugeben.
4. Die Füllung auf dem Teig verteilen. Die Form auf den niedrigen Rost stellen und backen.

20-22 Min.		30 P/230°C

Italien

Pizza Artischocken

Pizza ai carciofi

Gesamtgarzeit: ca. 20-24 Minuten
Geschirr: Pizzaform (Durchm. ca. 30 cm)

Zutaten

15	*g*	*Hefe, frisch, ersatzweise*
½	*Pck.*	*Trockenhefe (4 g)*
1	*Pr*	*Zucker*
120	*ml*	*lauwarmes Wasser*
200	*g*	*Mehl*
½	*TL*	*Salz*
1	*EL*	*Olivenöl*
300	*g*	*Tomaten aus der Dose, abgetropft*
50	*g*	*Salami, in Scheiben*
70	*g*	*gekochter Schinken, in Scheiben*
120	*g*	*Artischockenherzen aus der Dose*
1	*TL*	*Olivenöl zum Einfetten der Form*
		Basilikum, Oregano, Thymian
		Salz und Pfeffer
10		*Oliven*
100	*g*	*geriebener Emmentaler*

Zubereitung

1. Hefe und Zucker in lauwarmem Wasser auflösen.
2. Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Hefemischung zum Mehl geben und nach und nach unterrühren. Salz und Öl zufügen. Teig gut durchkneten.
3. Den Hefeteig mit hitzebeständiger Folie oder feuchtem Geschirrtuch abdecken und gehen lassen.

20 Min.		40°C

4. Die Tomaten in Scheiben schneiden Die Salami- und Schinkenscheiben und die Artischockenherzen vierteln.
5. Die Pizzaform mit dem Öl einfetten. Den Hefeteig ausrollen, in die Pizzaform legen und mit den Tomaten belegen. Nach Geschmack würzen und mit den restlichen Zutaten belegen. Abschließend die Pizza mit den Oliven belegen und mit dem Käse bestreuen.
6. Die Pizza auf dem niedrigen Rost im vorgeheizten Gerät backen.

10-12 Min.		40 P/230°C
10-12 Min.		230°C

Vorspeisen und Snacks

Österreich

Würstchen im Teigmantel

ergibt 8 Stück

Gesamtgarzeit: ca. 25-27 Minuten
Geschirr: Backblech (Durchm. ca. 30 cm)
Backpapier

Zutaten

8		*kleine Würstchen (à 50 g)*
300	*g*	*Blätterteig, tiefgefroren*
1		*Eigelb*
		etwas Wasser
		Salz
		Kümmel

Zubereitung

1. Die Würstchenhaut mehrmals vorsichtig einstechen.
2. Den Blätterteig laut Packungsanweisung auftauen und dünn ausrollen. Den Teig in 8 Vierecke teilen und je ein Würstchen darin einrollen.
3. Das Eigelb mit etwas Wasser verrühren. Die Blätterteigrollen damit bepinseln und mit Salz und Kümmel bestreuen.
4. Das Backblech mit Backpapier auslegen, die Teigrollen darauf legen und auf dem niedrigen Rost im vorgeheizten Gerät backen.

25-27 Min.		230°C

Spanien

Champignons mit Rosmarin

Champiñones rellenos al romero

Gesamtgarzeit: 11½-16½ Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)
Flache runde Auflaufform
(Durchm. ca. 26 cm), Mikrowellenfolie

Zutaten

8		*große Champignons (ca. 500 g), ganz*
2	*EL*	*Butter oder Margarine (20 g)*
1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
50	*g*	*Schinken, fein gewürfelt*
		schwarzer Pfeffer, gemahlen
		Rosmarin, gekerbelt
125	*ml*	*Weißwein, trocken*
125	*ml*	*Sahne*
2	*EL*	*Mehl (20 g)*

Zubereitung

1. Die Stiele aus den Champignons herausschneiden und die Stiele kleinschneiden.
2. Die Butter in die Schüssel geben und auf dem Boden verstreichen. Die Zwiebel und Schinkenwürfel und die Champignonstiele zufügen, mit Pfeffer und Rosmarin würzen, abdecken und garen.

3-5 Min.		100 P

Abkühlen lassen.

3. In der Auflaufform 100 ml Wein und die Sahne mit Mikrowellenfolie abgedeckt erhitzen.

1-2 Min.		100 P

4. Mit dem restlichen Wein das Mehl anrühren, in die heiße Flüssigkeit einrühren und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.

ca. ½ Min.		100 P

5. Die Champignons mit der Schinkenmischung füllen, in die Sauce setzen und auf dem hohen Rost gratinieren.

7-9 Min.		30 P

Die Champignons nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

Frankreich

Quiche mit Shrimps

Quiche aux crevettes

Gesamtgarzeit: ca. 25-30½ Minuten
Geschirr: Runde Back- oder Quicheform
(Durchm. ca. 26 cm)
Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

100	*g*	*Mehl*
60	*g*	*Butter oder Margarine*
2	*EL*	*kaltes Wasser*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
2		*Zwiebeln (100 g), fein gehackt*
100	*g*	*Schinkenspeck (2 Scheiben),*
		fein gewürfelt
100	*g*	*Shrimps ohne Schale*
2	*EL*	*Butter oder Margarine (20 g)*
2		*Eier*
100	*ml*	*Sauerrahm*
		Salz und Pfeffer
		Muskatnuss
1	*EL*	*Petersilie, gehackt*

Zubereitung

1. Mehl, Butter und Wasser verkneten und 30 Minuten kaltstellen.
2. Die Form einfetten. Den Teig ausrollen und in die Form legen und mit einer Gabel mehrmals einstechen und vorbacken.

4-5 Min.		100 P

3. Die Butter in der Schüssel verteilen. Die Zwiebeln, den Schinkenspeck und die Shrimps in die Schüssel geben. Abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.

3-5 Min.		100 P

Nach dem Abkühlen die Flüssigkeit abgießen.

4. Die Eier mit dem Sauerrahm und den Gewürzen verschlagen.
5. Alle Zutaten für den Belag mischen und auf dem Quicheteig verteilen. Auf dem niedrigen Rost garen.

15-17 Min.		20 P/230°C
3-3½ Min.		

6. Die Quiche vor dem Servieren mit der Petersilie bestreuen.

Suppen

Schweden

Krebssuppe

Kräftsoppa

Gesamtgarzeit: ca. 11-15 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
50	*g*	*Möhren, in Scheiben*
2	*EL*	*Butter oder Margarine (20 g)*
500	*ml*	*Fleischbrühe*
100	*ml*	*Weißwein*
100	*ml*	*Madeira*
200	*g*	*Krebsfleisch aus der Dose*
½		*Lorbeerblatt*
3		*weiße Pfefferkörner*
		Thymian
3	*EL*	*Mehl (30 g)*
100	*ml*	*Sahne*
1	*EL*	*Butter oder Margarine*

Zubereitung

1. Das Gemüse mit dem Fett in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

   2-3 Min. 100 P

2. Die Fleischbrühe, den Wein, den Madeira sowie das Krebsfleisch und die Gewürze zum Gemüse geben. Abdecken und garen.

   7-9 Min. 40 P

3. Das Lorbeerblatt und die Pfefferkörner aus der Suppe nehmen. Das Mehl mit wenig kaltem Wasser anrühren und zur Suppe geben. Die Sahne zufügen, verrühren und nochmals erhitzen.

   2-3 Min. 100 P

4. Die Suppe umrühren und ca. 5 Minuten stehen lassen. Kurz vor dem Servieren die Butter zugeben.

Schweiz

Bündner Gerstensuppe

Gesamtgarzeit: ca. 30-35 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

2	*EL*	*Butter oder Margarine (20 g)*
1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
1-2		*Möhren (130 g), in Scheiben*
15	*g*	*Sellerie, gewürfelt*
1		*Porreestange (130 g), in Ringen*
3		*Weißkohlblätter (100 g), in Streifen*
200	*g*	*Kalbsknochen*
50	*g*	*durchwachsener Schinkenspeck, in Streifen*
50	*g*	*Gerstenkörner*
700	*ml*	*Fleischbrühe*
		Pfeffer
4		*Wiener Würstchen (300 g)*

Zubereitung

1. Die Butter und die Zwiebelwürfel in die Schüssel geben und abgedeckt dünsten.

   1-2 Min. 100 P

2. Das Gemüse in die Schüssel geben. Die Knochen, die Schinkenspeckstreifen und die Gerste zugeben und mit Fleischbrühe auffüllen. Mit Pfeffer würzen und abgedeckt garen.

   9-11 Min. 100 P
   20-22 Min. 40 P

3. Die Würstchen kleinschneiden und die letzten 5 Minuten darin erhitzen.
4. Die Suppe nach dem Garen ca. 5 Minuten stehen lassen. Die Knochen vor dem Servieren aus der Suppe nehmen.

Niederlande

Champignonsuppe

Champignonsoep

Gesamtgarzeit: ca. 10-13 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

200	*g*	*Champignons, in Scheiben*
1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
300	*ml*	*Fleischbrühe*
300	*ml*	*Sahne*
2½	*EL*	*Mehl (25 g)*
2½	*EL*	*Butter oder Margarine (25 g)*
		Salz, Pfeffer
150	*g*	*Rahm (Crème fraîche)*

Zubereitung

1. Legen Sie das Gemüse in die Schüssel, geben Sie die Fleischbrühe hinzu und garen Sie es im abgedeckten Zustand.

   7-9 Min. 100 P

2. Mit einem Mixer alle Zutaten pürieren. Die Sahne zufügen.
3. Kneten Sie das Mehl und die Butter zu einem Teig und rühren Sie ihn in die Pilzsuppe, bis diese glatt ist. Mit Salz und Pfeffer würzen, und zugedeckt weiter garen.

   3-4 Min. 100 P

4. Nach dem Kochen geben Sie Crème fraîche, falls gewünscht, hinzu.

Suppen

Spanien

Kartoffelcremesuppe

Crema de patata

Gesamtgarzeit: ca. 16-22 Minuten
Geschirr: Zwei Schüsseln mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

300	ml	Fleischbrühe
300	g	Kartoffeln, gewürfelt
1		Zwiebel (50 g), fein gehackt
1		Lorbeerblatt
500	ml	Milch
2-3	EL	Butter oder Margarine (20-30 g)
2	EL	Mehl (20 g) Salz, Pfeffer
		Muskatnuss, gerieben
3	EL	Rahm (Crème fraîche)

Zubereitung

1. Die Brühe mit den Kartoffeln, der Zwiebel und dem Lorbeerblatt in die Schüssel geben. Abgedeckt garen.

   8-10 Min. 100 P

2. Das Lorbeerblatt entfernen und mit dem Pürierstab eines Handrührgerätes fein pürieren.
3. Die Milch erhitzen.

   3-5 Min. 100 P

4. Die Butter mit dem Mehl verkneten und in die Milch einrühren.
5. Die Kartoffelmasse, die Gewürze und den Rahm zufügen. Abgedeckt garen. Zwischendurch umrühren.

   5-7 Min. 100 P

Frankreich

Zwiebelsuppe

Soupe á l'oignon et au fromage

Gesamtgarzeit: ca. 15-19 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
4 Suppentassen (à 200 ml)

Zutaten

1	EL	Butter oder Margarine
2		Zwiebeln (100 g), in Scheiben
800	ml	Fleischbrühe
		Salz, Pfeffer
2		Toastscheiben
4	EL	geriebener Käse (40 g)

Zubereitung

1. Die Butter in der Schüssel verteilen. Die Zwiebelscheiben, die Fleischbrühe und die Gewürze dazugeben und abgedeckt garen.

   9-11 Min. 100 P

2. Die Toastscheiben toasten, in Würfel schneiden und auf die Suppentassen verteilen. Die Suppe darübergießen und mit dem Käse bestreuen.
3. Die Tassen auf den hohen Rost stellen und die Suppe gratinieren.

   6-8 Min.

Fleisch, Fisch und Geflügel

Deutschland

Bunte Fleischspieße

Gesamtgarzeit: ca. 17-20 Minuten
Geschirr: Hoher Rost
Vier Holzspieße (ca. 25 cm lang)

Zutaten

400	g	Schweineschnitzel
100	g	Schinkenspeck
2		Zwiebeln (100 g), geviertelt
4		Tomaten (250 g), geviertelt
½		grüne Paprikaschote (100 g), geachtelt
3	EL	Öl
4	TL	Paprika, edelsüß
		Salz
1	TL	Cayennepfeffer
1	TL	Worcestersauce

Zubereitung

1. Das Schnitzelfleisch und den Schinkenspeck in etwa 2-3 cm große Würfel schneiden.
2. Das Fleisch und das Gemüse abwechselnd auf vier Holzspieße stecken.
3. Das Öl mit den Gewürzen verrühren und die Spieße damit bestreichen. Die Spieße auf den hohen Rost legen und grillen. Nach zwei Drittel der Zeit die Spieße wenden.

   17-20 Min. 40 P

4. Die Spieße nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

Italien

Lammkoteletts mit Kräuterbutter

Costolette di agnello al burro verde

Gesamtgarzeit: ca. 22-27 Minuten
Geschirr: hoher Rost

Zutaten

1-2	EL	Petersilie, fein gehackt
1		Knoblauchzehe, zerdrückt
50	g	weiche Butter
2	EL	trockener Weißwein
		Pfeffer, frisch gemahlen
8		Lammkoteletts (à 100 g)
		Salz

Zubereitung

1. Die Petersilie und die Knoblauchzehe mit der Butter verrühren. Den Wein nach und nach unterrühren und mit dem Pfeffer würzen.
2. Die Koteletts waschen und trockentupfen, an den dicksten Stellen mit einem spitzen Messer einschneiden. In die Öffnungen Kräuterbutter streichen. Mit der restlichen Butter die Koteletts rundherum bestreichen.
3. Die Koteletts auf den hohen Rost legen und grillen.

   14-16 Min. Umdrehen.
   8-11 Min.

4. Nach dem Grillen salzen und ca. 2 Minuten stehen lassen.

Fleisch, Fisch und Geflügel

Spanien

Gefüllter Schinken

Jamón relleno

Gesamtgarzeit: ca. 13½-17 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Flache ovale Auflaufform (ca. 32 cm lang)

Zutaten

150	*g*	*Blattspinat, entstielt*
150	*g*	*Speisequark, 20 % F.i.Tr.*
50	*g*	*geriebener Emmentaler Käse*
		Pfeffer
		Paprika, edelsüß
8		*Scheiben gekochter Schinken (400 g)*
125	*ml*	*Wasser*
125	*ml*	*Sahne*
2	*EL*	*Mehl (20 g)*
2	*EL*	*Butter oder Margarine (20 g)*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*

Zubereitung

1. Den Spinat fein schneiden, mit dem Quark und dem Käse verrühren und nach Geschmack würzen.
2. Auf jede Scheibe des gekochten Schinkens einen Esslöffel der Füllung geben und aufrollen. Mit einem Holzspieß den Schinken feststecken.
3. Eine Béchamelsauce herstellen. Dafür die Flüssigkeit in die Schüssel geben, abdecken und erhitzen.

   ca. 2 Min. 100 P

4. Die Butter mit dem Mehl verkneten, in die Flüssigkeit geben und mit dem Schneebesen glattrühren, bis sie sich gelöst hat. Abdecken, aufkochen und binden lassen.

   ca. ½-1 Min. 100 P

   Umrühren und abschmecken.

5. Legen Sie die Schinkenröllchen in die gefettete Auflaufform, geben Sie die Sauce darüber, und garen Sie es auf der unteren Schiene.

   11-14 Min. 60 P

   Die Schinkenröllchen nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

   Tipp:
   Sie können auch fertige Béchamelsauce aus dem Handel verwenden.

Griechenland

Auberginen mit Hackfleischfüllung

Melitsánes jemistés mé kimá

Gesamtgarzeit: ca. 18-20 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)
Flache ovale Auflaufform mit Deckel (ca. 30 cm lang)

Zutaten

2		*Auberginen, ohne Stiele (je ca. 250 g)*
		Salz
3		*Tomaten (ca. 200 g)*
1	*TL*	*Olivenöl zum Einfetten der Schüssel*
2		*Zwiebeln (100 g), gehackt*
4		*milde grüne Peperoni*
200	*g*	*Hackfleisch (Rind oder Lamm)*
2		*Knoblauchzehen, zerdrückt*
2	*EL*	*glatte Petersilie, gehackt*
		Salz
		Pfeffer
		Rosenpaprika
60	*g*	*griech. Schafskäse, gewürfelt*
1	*TL*	*Olivenöl zum Einfetten der From*

Zubereitung

1. Die Auberginen längs halbieren. Das Fruchtfleisch mit einem Teelöffel so herauslösen, dass ein etwa 1 cm breiter Rand zurückbleibt. Die Auberginen salzen. Das Fruchtfleisch würfeln.
2. Zwei Tomaten häuten, die Stängelansätze herausschneiden und würfeln.
3. Den Boden der Schüssel mit dem Olivenöl einfetten, die Zwiebeln zugeben, abdecken und andünsten.

   ca. 2 Min. 100 P

4. Die Peperoni entstielen, entkernen und in Ringe schneiden. Ein Drittel für die Garnierung aufheben. Das Hackfleisch mit den Auberginen- Zwiebel- und Tomatenwürfeln, den Peperoniringen, den zerdrückten Knoblauchzehen und der Petersilie mischen und würzen.
5. Die Auberginenhälften trockentupfen. Die Hälfte der Hackfleischmasse einfüllen, den Schafskäse darauf verteilen, die restliche Füllung daraufgeben.
6. Die Auberginenhälften mit den Tomatenscheiben und Peperoniringen garnieren, in die gefettete Auflaufform setzen, auf den niedrigen Rost stellen und garen.

   16-18 Min. 60 P

   Die Auberginen nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

   Tipp:
   Sie können die Auberginen durch Zucchini ersetzen.

Fleisch, Fisch und Geflügel

China

Schweinefleisch mit Cashewkernen

Guangzhou

Gesamtgarzeit: ca. 16-19 Minuten
Geschirr: Quicheform
Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

2		*getrocknete schwarze Pilze*
1	*EL*	*Reiswein (Sake)*
1	*EL*	*Öl*
1	*TL*	*Salz*
1	*EL*	*Zucker*
1	*EL*	*Öl zum Einfetten der Quicheform*
300	*g*	*Schweinefilet, gewürfelt*
100	*g*	*Cashewkerne*
1		*Schalotte (20 g), fein gehackt*
2		*Knoblauchzehen, zerdrückt*
50	*g*	*rote Paprika, gewürfelt*
50	*g*	*grüne Paprika, gewürfelt*
1	*EL*	*Maisstärke*
200	*ml*	*Wasser*
1	*TL*	*Sojasauce*
		Salz, Zucker, weißer Pfeffer

Zubereitung

1. Die Pilze laut Packungsaufschrift mit kochendem Wasser übergießen, dann mindestens 30 Minuten quellen lassen.
2. Den Reiswein mit dem Öl, dem Salz und Zucker verrühren. Die Fleischwürfel 20 Minuten darin ziehen lassen.
3. Die Quicheform mit dem Öl bestreichen. Das Fleisch darin verteilen. Auf dem hohen Rost offen grillen. Nach ca. 7 Minuten einmal wenden und die Cashewkerne zufügen.

   9 -11 Min. [Grill]

4. Das Fleisch und die Cashewkerne in eine Schüssel umfüllen, das vorbereitete Gemüse zufügen und abgedeckt garen.

   5-6 Min. [Mikrowelle] 100 P

5. Die Maisstärke mit dem Wasser, der Sojasauce und den Gewürzen verrühren und in die Fleisch-Gemüsemischung einrühren. Abgedeckt weitergaren. Zwischendurch und zum Schluss umrühren.

   ca. 2 Min. [Mikrowelle] 100 P

Schweiz

Züricher Geschnetzeltes

Zürcher Geschnetzeltes

Gesamtgarzeit: ca. 8-13 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

600	*g*	*Kalbsfilet*
1	*EL*	*Butter oder Margarine*
1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
100	*ml*	*Weißwein*
		Gewürzte Soßenbinder, dunkel, für ca. ½ l Sauce
300	*ml*	*Sahne*
1	*EL*	*Petersilie, gehackt*

Zubereitung

1. Das Filet in fingerdicke Streifen schneiden.
2. Die Butter in der Schüssel gleichmäßig verstreichen. Die Zwiebel und das Fleisch in die Schüssel geben und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.

   6-9 Min. [Mikrowelle] 100 P

3. Den Weißwein, den Saucenbinder und die Sahne zufügen, umrühren und abgedeckt weitergaren. Zwischendurch einmal umrühren.

   2-4 Min. [Mikrowelle] 100 P

4. Das Geschnetzelte abschmecken, nochmals umrühren und ca. 5 Minuten stehen lassen. Mit der Petersilie garniert servieren.

Frankreich

Kaninchen mit Thymian

Lapereau au thym

Gesamtgarzeit: ca. 38-43 Minuten
Geschirr: Auflaufform mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

1		*Kaninchen (1 kg)*
2	*EL*	*Butter, weich*
1	*EL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
100	*g*	*Bauchspeck, gewürfelt*
15		*kleine Zwiebeln (300 g), geschält, ganz*
		Salz
		Pfeffer
100	*ml*	*Wasser*
1	*EL*	*frischer Thymian, fein gehackt*
150	*ml*	*Rahm (Crème fraîche)*
1		*Eigelb*
		Salz
		Pfeffer

Zubereitung

1. Das Gerät auf 230°C vorheizen. Das Kaninchen waschen, trockentupfen und in 8 Portionsstücke teilen. Mit der Butter bestreichen. Auf den hohen Rost legen und anbraten.

   21-23 Min. [Heißluft] 230°C

2. Die Auflaufform einfetten. Den Bauchspeck und die Zwiebeln darin verteilen. Die Fleischstücke dazugeben, würzen und mit dem Wasser angießen. Alles abgedeckt garen.

   15-18 Min. [Mikrowelle] 100 P

3. Die Kaninchenstücke herausnehmen und warmstellen. Den vorbereiteten Thymian in die Auflaufform geben und den Rahm unterrühren.
4. Das Eigelb in einer Tasse verrühren. Nach und nach esslöffelweise Sauce unterrühren. Jetzt das Eigelb in die Sauce geben und verrühren. Alles abgedeckt garen.

   ca. 2 Min. [Mikrowelle] 60 P

5. Die Sauce würzen, umrühren und über das Fleisch gießen.

Fleisch, Fisch und Geflügel

Italien

Kalbsschnitzel mit Mozzarella

Scaloppe alla pizzaiola

Gesamtgarzeit: ca. 18-22 Minuten
Geschirr: Flache, quadratische Auflaufform mit Deckel (ca. 25 cm lang)

Zutaten

2		*Mozzarella-Käse (à 150 g)*
400	*g*	*geschälte Tomaten, aus der Dose*
4		*Kalbsschnitzel (600 g)*
20	*ml*	*Olivenöl*
2		*Knoblauchzehen, in Scheiben*
		Pfeffer, frisch gemahlen
2	*EL*	*Kapern (20 g)*
		Oregano
		Salz

Zubereitung

1. Den Mozzarella in Scheiben schneiden. Die Tomaten mit dem Pürierstab eines Handrührgerätes pürieren.
2. Die Schnitzel waschen, trockentupfen und flachklopfen. Das Öl und die Knoblauchscheiben in der Auflaufform verteilen. Die Schnitzel hineinlegen und das Tomatenpüree darauf verteilen. Mit Pfeffer, Kapern und Oregano bestreuen und abgedeckt garen.

9-11 Min.		60 P

Die Fleischscheiben wenden.

3. Auf jede Scheibe einige Scheiben Mozzarella legen, salzen und offen auf dem hohen Rost grillen.

9-11 Min.		50 P

Nach dem Garen ca. 5 Minuten stehen lassen.

Tipp:
Dazu können Sie Spaghetti und einen frischen Salat reichen.

Griechenland

Schmorfleisch mit grünen Bohnen

Kréas mé fasólia

Gesamtgarzeit: ca. 17-21 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

1-2		*Tomaten (100 g)*
400	*g*	*Lammfleisch, ohne Knochen*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
1		*Knoblauchzehe, zerdrückt*
		Salz
		Pfeffer
		Zucker
250	*g*	*grüne Bohnen aus der Dose*

Zubereitung

1. Die Tomaten häuten, die Stängelansätze herausschneiden und im Mixer pürieren.
2. Das Lammfleisch in große Würfel schneiden. Die Schüssel mit Butter einfetten. Das Fleisch, die Zwiebelwürfel und die zerdrückte Knoblauchzehe zugeben, würzen und abgedeckt garen.

7-9 Min.		100 P

3. Die Bohnen und die pürierten Tomaten zum Fleisch geben und abgedeckt weitergaren.

10-12 Min.		60 P

Das Schmorfleisch nach dem Garen ca. 5 Minuten stehen lassen.

Tipp:
Wenn Sie frische Bohnen verwenden, müssen diese vorgegart werden.

Niederlande

Hackschüssel

Gehacktschotel

Gesamtgarzeit: ca. 23-25 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

500	*g*	*Hackfleisch (halb Schwein, halb Rind)*
3		*Zwiebeln (150 g), fein gehackt*
1		*Ei*
50	*g*	*Semmelbrösel*
		Salz und Pfeffer
350	*ml*	*Fleischbrühe*
70	*g*	*Tomatenmark*
2		*Kartoffeln (200 g), gewürfelt*
2		*Möhren (200 g), gewürfelt*
2	*EL*	*Petersilie, gehackt*

Zubereitung

1. Das Hackfleisch mit den Zwiebelwürfeln, dem Ei und den Semmelbröseln zu einem Teig kneten und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Hackfleischteig in die Schüssel geben.
2. Mischen Sie die Fleischbrühe und das Tomatenmark.
3. Die Kartoffeln und Möhren mit der Flüssigkeit auf das Hackfleisch geben, alles gut vermengen und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.

23-25 Min.		100 P

Die Hackschüssel nochmals umrühren, und ca. 5 Minuten stehen lassen. Mit Petersilie bestreut servieren.

Fleisch, Fisch und Geflügel

Deutschland

Rinderfilet in Blätterteig

Gesamtgarzeit: ca. 34-41 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Auflaufform (ca. 26 cm lang)

Zutaten

300	*g*	*Blätterteig, tiefgefroren*
1	*EL*	*Butter oder Margarine*
150	*g*	*durchwachsener Speck, gewürfelt*
4-5		*Frühlingszwiebeln (150 g), in Ringen*
300	*g*	*Champignons, in Scheiben*
1	*kg*	*Rinderfilet*
1	*EL*	*Pflanzenöl*
1	*EL*	*Petersilie, fein gehackt*
1		*Knoblauchzehe, zerdrückt*
1		*Ei*
		Salz
		Pfeffer
1-2	*EL*	*Milch*

Zubereitung

1. Den Blätterteig nach Packungsanweisung auftauen. Die Butter in der Schüssel verteilen, den Speck, die Zwiebeln und die Champignons darauf verteilen und abgedeckt dünsten. Zwischendurch einmal umrühren.

   4-6 Min. 100 P

   Das Gemüsewasser abgießen.

2. Das Filet abwaschen, mit Küchenpapier trocken tupfen und mit Öl bepinseln. Auf den hohen Rost legen und anbraten. Zwischendurch einmal wenden.

   15-17 Min. 30 P

3. Die Petersilie und die Knoblauchzehe unter das gedünstete Gemüse mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Den Blätterteig zu einem Quadrat (35 x 35 cm) ausrollen. Etwas Teig für die Garnierung zurückbehalten.
5. Das Ei trennen. Die Teigränder mit dem Eiweiß bestreichen und die Hälfte der Gemüsemasse auf der Mitte des Teiges verteilen.
6. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und auf das Gemüse legen. Das restliche Gemüse auf dem Filet verteilen. Den Blätterteig über das Fleisch schlagen und die Ränder andrücken. Mit einer Gabel den Teig mehrmals einstechen.
7. Die Auflaufform kalt ausspülen und den Blätterteig mit der Nahtstelle nach unten hineinlegen.
8. Für die Garnierung aus dem restlichen Teig Formen ausstechen und dekorieren.
9. Das Eigelb mit der Milch verquirlen, den Teig damit bestreichen und auf dem niedrigen Rost im vorgeheizten Gerät backen.

   15-18 Min. 50 P/230°C

   Das Rinderfilet in Blätterteig nach dem Garen 10 Minuten ruhen lassen.

China

Garnelen mit Chili

für 2 Portionen

Gesamtgarzeit: ca. 6-8 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)
Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

6		*Garnelen (240 g ohne Schale)*
45	*ml*	*Weißwein*
2		*kleine Stangen Lauch (200 g)*
1-2		*Chilischoten, scharf*
20	*g*	*Ingwer*
1	*EL*	*Speisestärke*
2	*EL*	*Pflanzenöl (20 g)*
1½	*EL*	*Sojasoße (20 ml)*
1	*EL*	*Zucker*
1	*EL*	*Essig*

Zubereitung

1. Die Garnelen waschen. Die Schale und den Schwanz entfernen. Den Rücken einschneiden und den Darm entfernen. Die Garnelen jeweils in 2-3 Stücke teilen. Einen Schlitz in jedes Stück schneiden, damit sie sich beim Garen nicht zusammen ziehen. Die Garnelen in eine Schüssel legen, mit Weißwein beträufeln, abdecken und marinieren.
2. Den Lauch und die Chilischoten waschen und trockentupfen. Den Lauch in 5 cm lange Stücke schneiden, die Chilischoten halbieren und entkernen. Den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden.
3. Die Garnelen aus dem Wein nehmen und mit Speisestärke bestreuen.
4. Das Öl, den Lauch, die Chilischoten und die Ingwerscheiben in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

   ca. 2 Min. 100 P

5. Die Garnelen zugeben. Mit Sojasauce, Zucker und Essig würzen, umrühren und abgedeckt garen.

   4-6 Min. 100 P

   Die Garnelen nach dem Garen ca. 1-2 Minuten stehen lassen. Heiß servieren.

Fleisch, Fisch und Geflügel

Frankreich

Seezungenfilets

Filets de sole *für 2 Portionen*

Gesamtgarzeit: ca. 11-13 Minuten
Geschirr: Flache ovale Auflaufform mit Deckel (ca. 26 cm lang)

Zutaten

400	*g*	*Seezungenfilets*
1		*Zitrone, unbehandelt*
2		*Tomaten (150 g)*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
1	*EL*	*Pflanzenöl*
1	*EL*	*Petersilie, gehackt*
		Salz und Pfeffer
4	*EL*	*Weißwein (30 ml)*
2	*EL*	*Butter oder Margarine (20 g)*

Zubereitung

1. Die Seezungenfilets waschen und trockentupfen. Vorhandene Gräten entfernen.
2. Die Zitrone und die Tomaten in feine Scheiben schneiden.
3. Die Auflaufform mit Butter einfetten. Die Fischfilets hineinlegen und mit dem Pflanzenöl beträufeln.
4. Den Fisch mit der Petersilie bestreuen, darauf die Tomatenscheiben legen und würzen. Auf die Tomaten die Zitronenscheiben legen und mit dem Weißwein angießen.
5. Die Zitronen mit Butterflöckchen belegen, abdecken und garen.

11-13 Min.		60 P

Die Fischfilets nach dem Garen ca. 2 Min. stehen lassen.

Tipp:
Für dieses Gericht können Sie auch Rotbarsch, Heilbutt, Meeräsche, Scholle oder Kabeljau verwenden.

Norwegen

Fischauflauf "Sandefjord"

Fiskegratin "Sandefjord"

Gesamtgarzeit: ca. 21-23 Minuten
Geschirr: Flache ovale Auflaufform (ca. 30 cm lang)

Zutaten

800	*g*	*Fischfilet vom Leng oder Kabeljau*
		Saft einer Zitrone
		Salz
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
4		*Tomaten (300 g), enthäutet, in Scheiben*
100	*g*	*Krabben, geschält*
3		*Eier*
125	*ml*	*Sahne*
2	*TL*	*grüne Pfefferkörner*
		Salz
1	*EL*	*glatte Petersilie, fein gehackt*

Zubereitung

1. Die Fischfilets waschen und trockentupfen. Mit Zitronensaft beträufeln. Etwa 15 Minuten stehenlassen, nochmals trockentupfen und salzen.
2. Die Form einfetten und schichtweise die Tomatenscheiben, die Krabben und das Fischfilet hineinlegen.
3. Die Eier mit der Sahne, den Gewürzen und der Petersilie verschlagen. Die Sauce über den Auflauf gießen. Offen auf dem niedrigen Rost garen.

21-23 Min.		50 P/200°C

4. Den Auflauf nach dem Garen abgedeckt ca. 5-10 Minuten stehen lassen.

Schweiz

Fischfilet mit Käsesauce

Gesamtgarzeit: ca. 17½-20½ Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)
Flache ovale Auflaufform (ca. 26-30 cm lang)

Zutaten

4		*Fischfilets (ca. 800 g) (z.B. Egli, Flunder oder Kabeljau)*
2	*EL*	*Zitronensaft*
		Salz
1	*EL*	*Butter oder Margarine*
1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
2	*EL*	*Mehl (20 g)*
100	*ml*	*Weißwein*
1	*TL*	*Pflanzenöl zum Einfetten der Form*
100	*g*	*geriebener Emmentaler Käse*
2	*EL*	*gehackte Petersilie*

Zubereitung

1. Die Filets waschen, trockentupfen und mit Zitronensaft beträufeln. Etwa 15 Min. stehen lassen, nochmals trockentupfen und salzen.
2. Die Butter auf dem Boden der Schüssel verteilen. Die Zwiebelwürfel hineingeben und abgedeckt andünsten.

ca. 1½ Min.		100 P

3. Das Mehl über die Zwiebeln streuen und verrühren. Den Weißwein dazugießen und mischen.
4. Die Auflaufform einfetten und die Filets hineinlegen. Die Sauce über die Filets gießen, mit Käse bestreuen und auf dem niedrigen Rost garen.

16-19 Min.		50 P

Die Fischfilets nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen. Mit gehackter Petersilie garniert servieren.

Fleisch, Fisch und Geflügel

Deutschland

Pikante Putenpfanne

für 2 Portionen

Gesamtgarzeit: ca. 21-26 Minuten
Geschirr: Flache ovale Auflaufform mit Deckel (ca. 26 cm lang)

Zutaten

1		*Tasse Langkornreis, parboiled (120 g)*
1		*Briefchen Safranfäden*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
1		*Zwiebel (50 g), in Scheiben*
1		*rote Paprikaschote (100 g), in Streifen*
1		*kleine Porreestange (100 g), in Streifen*
300	*g*	*Putenbrust, gewürfelt*
		Pfeffer,
		Paprikapulver
2	*EL*	*Butter oder Margarine (20 g)*
250	*ml*	*Fleischbrühe*

Zubereitung

1. Den Reis mit den Safranfäden mischen und in die gefettete Auflaufform geben. Die Zwiebelscheiben, die Paprika- und Porreestreifen und die Putenbrustwürfel mischen und würzen. Auf den Reis schichten. Die Butter in Flöckchen darauf verteilen.
2. Die Fleischbrühe darüber gießen, abdecken und garen.

5-7 Min.		100 P
16-19 Min.		20 P

Die Putenpfanne nach dem Garen ca. 5 Minuten stehen lassen.

Tipp:
Sie können anstelle der Putenbrust auch Hähnchenbrust verwenden.

Frankreich

Hähnchen mit Curry

Poulet au curry

Gesamtgarzeit: ca. 26-30 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (3 l Inhalt)

Zutaten

1		*Hähnchen (1000 g)*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
2		*Möhren (200 g), fein gewürfelt*
1		*Stange Bleichsellerie (150 g), fein gewürfelt*
1		*Knoblauchzehe*
1		*Apfel, geschält (125 g), fein gewürfelt*
1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
		Salz, Pfeffer
1-2	*EL*	*Curry*
1	*EL*	*Mehl*
150	*ml*	*Wasser (1 Tasse)*
3		*Tomaten (200 g), geschält*

Zubereitung

1. Das Hähnchen waschen, trockentupfen und in 8 Portionen teilen.
2. Die Schüssel mit der Butter einfetten. Die Hähnchenteile hineinlegen, die Gemüsewürfel zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Curry und Mehl bestäuben und gut verrühren. Das Wasser und die geschälten, zerdrückten Tomaten zugeben. Den Deckel auflegen und auf dem niedrigen Rost garen. Nach der Hälfte der Zeit einmal umrühren und ohne Deckel weitergaren.

26-30 Min.		60 P/220°C

Das Hähnchen nach dem Garen ca. 3 Minuten stehen lassen.

Tipp:
Servieren Sie Reis, etwas geraspelte Kokosnuss, Mango- Chutney und Bananenscheiben dazu, um die Schärfe des Currys zu mildern.

Österreich

Gefülltes Brathähnchen

Gefülltes Brathendl *für 2 Portionen*

Gesamtgarzeit: ca. 27½-31 Minuten
Geschirr: kleine Schale mit Deckel, Zwirnsfaden

Zutaten

1		*Hähnchen (1000 g)*
		Salz
		Rosmarin, gekerbelt
		Majoran, gekerbelt
1		*altbackenes Brötchen (Semmel, 40 g)*
		Salz
1		*Bund Petersilie, fein gehackt (10 g)*
1	*Pr.*	*Muskatnuss*
2	*EL*	*Butter oder Margarine (20 g)*
1		*Eigelb*
3	*EL*	*Butter oder Margarine (30 g)*
1	*EL*	*Paprika, edelsüß*
		Salz

Zubereitung

1. Das Hähnchen waschen, trockentupfen und innen mit Salz, Rosmarin und Majoran würzen.
2. Für die Füllung das Brötchen ca. 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen, danach ausdrücken. Mit Salz, Petersilie, Muskatnuss, Butter und Eigelb mischen und das Hähnchen damit füllen. Die Öffnung mit Bindfaden oder Fleischerrollfaden zunähen.
3. Geben Sie die Butter in die Schüssel, decken Sie sie ab und erhitzen Sie sie.

ca. ½-1 Min.		100 P

Paprika und Salz unter die Butter rühren und das Hähnchen damit bestreichen.

4. Das Hähnchen mit der Brustseite nach unten auf den niedrigen Rost legen und garen. Nach der halben Garzeit wenden.

27-30 Min.		50 P/200°C

Das gefüllte Brathähnchen nach dem Garen ca. 5 Minuten im Gerät stehen lassen.

Fleisch, Fisch und Geflügel

Frankreich

Ente in Orangensauce

Canard à l'orange

Gesamtgarzeit: ca. 62-70 Minuten
Geschirr: Runde Backform (Durchm. ca. 32 cm)
Suppenteller
Zwei Schüsseln mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

1		*junge Ente (1800-2000 g), ohne Innereien*
		Salz
		Pfeffer
1		*Zweig Majoran*
200	*ml*	*Wasser*
1		*Entenleber (50 g)*
6		*unbehandelte Orangen (1200 g)*
1	*EL*	*Zucker (10 g)*
1	*EL*	*Wasser*
1	*EL*	*Essig*
250	*ml*	*Fleischbrühe*
150	*ml*	*Portwein*
1	*EL*	*Kartoffelmehl (10 g)*

Zubereitung

1. Die Ente innen und außen waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Zweig Majoran in das Innere der Ente legen.
2. Das Wasser in die Backform gießen und einen umgedrehten Suppenteller hineinstellen. Die Ente daraufsetzen und auf dem niedrigen Rost braten. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.

58-62 Min.		30 P/230°C

Die Ente auf eine vorgewärmte Servierplatte legen.

3. Vom Bratenfond das obenschwimmende Fett vorsichtig mit einem Löffel abschöpfen und in eine Schüssel geben. Die Entenleber zugeben und abgedeckt garen.

1-2 Min.		100 P

4. Zwei Orangen dünn schälen und die Schalen in sehr feine Streifen schneiden. Mit dem Zucker und dem Wasser in die zweite Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

1-2 Min.		100 P

5. Die Orangenschalen, den Essig, die Fleischbrühe und den Portwein zur Leber geben.
6. Eine Orange auspressen. Das Kartoffelmehl mit dem Orangensaft verrühren und in die Sauce einrühren. Die Schüssel abdecken und die Sauce binden lassen. Zwischendurch und zum Schluss umrühren.

2-4 Min.		100 P

7. Die restlichen Orangen schälen, filetieren (die Spalten enthäuten) und ebenfalls auf der Servierplatte anrichten. Die Sauce ggf. entfetten, die Entenleber entfernen und nach Geschmack würzen.
8. Etwas Sauce über die Orangenspalten gießen. Die Sauce in eine Sauciere füllen und zur Ente servieren.

Tipp:
Die Ente evtl. vor dem Servieren auf den niedrigen Rost legen und 5 Minuten grillen.

Italien

Wachteln in Käse-Kräutersauce

Quaglie in salsa vellutata

Gesamtgarzeit: ca. 17½-21½ Minuten
Geschirr: Zwirnsfaden
Flache quadratische Auflaufform (ca. 20 x 20 x 6 cm)
Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)

Zutaten

4		*Wachteln (600 g - 800 g)*
		Salz
		Pfeffer
200	*g*	*durchwachsener Speck, dünne Scheiben*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
je 1	*EL*	*frische Petersilie*
		Salbei
		Rosmarin
		Basilikum, fein gehackt
150	*ml*	*Portwein*
250	*ml*	*Fleischbrühe*
2	*EL*	*Butter oder Margarine (20 g)*
2	*EL*	*Mehl (20 g)*
50	*g*	*geriebener Emmentaler Käse*

Zubereitung

1. Die Wachteln waschen und sorgfältig trockentupfen. Außen und innen salzen und pfeffern, mit Speckscheiben umwickeln und mit Zwirnsfaden festbinden.
2. Die Wachteln auf den hohen Rost legen und grillen.

8-10 Min.		50 P

3. Die Auflaufform einfetten und die Wachteln mit der gegrillten Seite nach unten in die Auflaufform legen. Die Kräuter fein hacken, über die Wachteln streuen und den Portwein darübergießen. Die Wachteln auf dem niedrigen Rost weitergaren.

6-8 Min.		50 P

Die Wachteln aus dem Bratenfond nehmen.

4. Für die Sauce die Fleischbrühe in der Schüssel abgedeckt erhitzen.

ca. 2 Min.		100 P

Die Butter mit dem Mehl verkneten, in die Flüssigkeit rühren, aufkochen lassen und garen. Zwischendurch einmal umrühren.

ca. 1½ Min.		100 P

5. Den Käse in die Sauce rühren. Die Käsesauce zum Bratenfond geben, alles gut verrühren, über die Wachteln gießen und servieren.

Fleisch, Fisch und Geflügel

Japan

Japanischer Eintopf

Nikujaga

Gesamtgarzeit: ca. 30-34 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (3 l Inhalt)

Zutaten

200	*g*	*mageres Rindfleisch*
500	*g*	*Kartoffeln, geviertelt oder geachtelt*
400	*g*	*Zwiebeln, geviertelt oder geachtelt*
400	*ml*	*Wasser*
3	*EL*	*Zucker (30g)*
3	*EL*	*Reiswein*
3	*EL*	*Mirin (süßer Reiswein)*
70	*ml*	*Sojasauce*

Zubereitung

1. Das Fleisch in sehr feine längliche Streifen schneiden (3-4 cm) und in die Schüssel geben.
2. Das vorbereitete Gemüse auf das Fleisch schichten. Die restlichen Zutaten miteinander verrühren und dazugeben. Alles abgedeckt garen. Zwischendurch zweimal umrühren.

11-13 Min.		100 P
21-23 Min.		40 P

3. Den Eintopf nach dem Garen ca. 10 Minuten stehen lassen.

   Tipp:
   Sie können das Rindfleisch durch Schweine- oder Kalbfleisch ersetzen.

Spanien

Hähnchenröllchen mit Rosinen

Rollitos de Pollo y pasas

Gesamtgarzeit: ca. 17-19 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

4		*dünne Hähnchenbrustfilets (600 g)*
		Salz
		Pfeffer
4		*Scheiben gekochter Schinken (200 g)*
50	*g*	*Quesitos (span. Käse)*
1		*Dose Lauchsuppe (400 g)*
50	*g*	*Rosinen, gewaschen*

Zubereitung

1. Die Filets waschen, trockentupfen und flachklopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Jeweils eine Scheibe Schinken und ein Stück Käse auf jedes Filet legen.
2. Die Filets aufrollen. Mit einem Holzzahnstocher feststecken und in die Schüssel setzen.
3. Die Suppe über die Röllchen gießen und die Rosinen zufügen. Abgedeckt garen.

17-19 Min.		100 P

Vor dem Servieren 10 Minuten stehen lassen.

Gemüse

Deutschland

Porreetorte

Gesamtgarzeit: ca. 28-36 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Springform (Durchm. ca. 26 cm)

Zutaten

450	*g*	*Porree, in dünnen Ringen*
3	*EL*	*Wasser*
		Salz
1	*Pr.*	*Curry*
100	*g*	*Weizenvollkornmehl*
80	*g*	*Roggenmehl Type 1150*
3	*TL*	*Backpulver*
1		*Ei*
75	*g*	*Magerjoghurt*
1	*EL*	*Pflanzenöl*
½	*TL*	*Salz*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
150	*g*	*Saure Sahne*
3		*Eier*
2	*EL*	*Weizenvollkornmehl (20 g)*
		Kräutersalz
		Pfeffer
1	*Pr.*	*Muskatnuss*
1	*TL*	*Petersilie, fein gehackt*
1	*TL*	*Schnittlauch, in feinen Röllchen*
1	*TL*	*Dill, fein gehackt*
100	*g*	*geriebener Emmentaler*

Zubereitung

1. Den Porree und das Wasser in die Schüssel geben. Abgedeckt vorgaren.

5-8 Min.		100 P

   Das Gemüsewasser abgießen. Den Porree mit Salz und Curry abschmecken.
2. Das Mehl mit dem Backpulver mischen. Das Ei, den Joghurt, das Öl und das Salz zufügen und mit dem Knethaken eines Handrührgerätes verkneten.
3. Die Springform einfetten. Den Teig in Größe der Backform ausrollen und in die Form legen. Den Rand etwa 1 cm breit hochziehen.
4. Die saure Sahne mit den Eiern und dem Mehl verrühren. Mit Kräutersalz, Pfeffer, Muskatnuss und den Kräutern abschmecken. Mit dem geriebenen Käse mischen.
5. Die Mischung unter den Porree rühren. Die Masse gleichmäßig auf dem Teigboden verteilen. Die Porreetorte auf dem niedrigen Rost garen.

10-12 Min.		20 P/230°C
11-13 Min.		230°C
2-3 Min.		

Nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

Gemüse

Österreich

Blumenkohl mit Käsesauce

Karfiol mit Käsesauce

Gesamtgarzeit: ca. 17½-19½ Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)

Zutaten

800	*g*	*Blumenkohl (1 Kopf)*
1		*Tasse Wasser (150 ml)*
		Salz
125	*ml*	*Milch*
125	*ml*	*Sahne*
75-100	*g*	*Schmelzkäse*
2-3	*EL*	*Saucenbinder,hell (20-30 g)*

Zubereitung

1. Schneiden Sie den Stängel des Blumenkohls mehrmals ein. Legen Sie den Blumenkohl, mit dem Kopf nach oben, in die Schüssel, fügenSie Wasser und Salz, wenn gewünscht, hinzu, abdecken und garen.

   15-17 Min. 100 P

   Den Blumenkohl einige Minuten abgedeckt stehen lassen, dann die Flüssigkeit abgießen.
2. Die Milch und die Schlagsahne in die Schüssel geben. Den Käse grob zerkleinern und dazugeben. Abdecken und erhitzen.

   ca. 2 Min. 100 P

3. Den Saucenbinder einrühren, abdecken und nochmals erhitzen.

   ca. ½ Min. 100 P

   Die Sauce gut umrühren und über den Blumenkohl gießen.

   Tipp:
   Sie können den Blumenkohl vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen.

Frankreich

Gemüsetopf

Ratatouille spécial

Gesamtgarzeit: ca. 15-18 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

5	*EL*	*Olivenöl (50 ml)*
1		*Knoblauchzehe, zerdrückt*
1		*Zwiebel (50 g), in Scheiben*
1		*kleine Aubergine (250 g), grob gewürfelt*
1		*Zucchini (200 g), grob gewürfelt*
1		*Paprikaschote (200 g), grob gewürfelt*
1		*kleine Fenchelknolle (75 g), fein gewürfelt*
		Pfeffer
1		*Bouquet garni*
200	*g*	*Dose Artischockenherzen, aus der Dose, geviertelt*
		Salz
		Pfeffer

Zubereitung

1. Das Olivenöl und die Knoblauchzehe in die Schüssel geben. Das vorbereitete Gemüse mit Ausnahme der Artischockenherzen dazugeben und mit Pfeffer würzen. Das Bouquet garni zufügen und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.

   15-18 Min. 100 P

   Die letzten 5 Minuten die Artischockenherzen zufügen und erhitzen.
2. Das Ratatouille mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Bouquet garni vor dem Servieren herausnehmen. Das Ratatouille nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

   Tipp:
   Den heißen Gemüsetopf zu Fleischgerichten servieren. Kalt schmeckt er ausgezeichnet als Vorspeise.
   Ein Bouquet garni besteht aus:
   - einer Petersilienwurzel
   - einem Bund Suppengrün
   - einem Zweig Liebstöckel
   - einem Zweig Thymian
   - einigen Lorbeerblättern

Frankreich

Dauphinkartoffeln

Gratin dauphinois

Gesamtgarzeit: ca. 23-25 Minuten
Geschirr: Flache ovale Auflaufform (ca. 26 cm lang)

Zutaten

1	*EL*	*Butter oder Margarine*
500	*g*	*Kartoffeln, geschält, dünne Scheiben*
		Salz
		Pfeffer
2		*Knoblauchzehen, zerdrückt*
300	*g*	*Rahm (Crème fraîche)*
150	*ml*	*Milch*
50	*g*	*geriebener Käse (Gouda)*

Zubereitung

1. Die Butter in der Form verteilen. Die Kartoffelscheiben einschichten. Jede Lage mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen.
2. Den Rahm mit der Milch verrühren und über die Kartoffeln gießen. Mit dem Käse bestreuen und auf dem niedrigen Rost backen.

   23-25 Min. 50 P/200°C

   Nach dem Garen ca. 10 Minuten stehen lassen.

Gemüse

Niederlande

Gratinierter Chicorée

Gegratineerde Brussels lof

Gesamtgarzeit: ca. 18-23 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Flache ovale Auflaufform (ca. 32 cm lang)

Zutaten

8		*kleine Kolben Chicorée (800 g)*
125	*ml*	*Wasser*
125	*ml*	*Milch*
2	*EL*	*Saucenbinder, hell (20 g)*
2		*Eigelb*
4	*EL*	*geriebener alter Gouda (20 g)*
		Salz
		Pfeffer
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
4		*Scheiben gekochter Schinken (200 g)*
2	*EL*	*geriebener alter Gouda (10 g)*

Zubereitung

1. Mit einem spitzen Messer den bitteren Keil aus dem Chicorée herausschneiden. Wasser in die Schüssel geben und den Chicorée darin abgedeckt garen. Zwischendurch die Kolben einmal wenden.

   9-11 Min. 100 P

2. Den Chicorée herausnehmen. Die Milch in die Schüssel gießen und den Saucenbinder einrühren. Die Schüssel abdecken und die Sauce binden lassen. Zwischendurch und zum Schluss umrühren.

   3-4 Min. 60 P

3. Das Eigelb in einer Tasse verrühren. Nach und nach jeweils einen Esslöffel Sauce mit dem Eigelb verrühren. Die Eimasse in die Sauce rühren und den Käse zugeben. Alles sorgfältig verrühren und nach Geschmack würzen.
4. Die Auflaufform einfetten und den Chicorée hineinlegen. Die Schinkenscheiben halbieren, auf die Kolben legen und mit der Sauce übergießen. Den Auflauf mit dem Gouda bestreuen und auf dem hohen Rost gratinieren.

   6-8 Min. 50 P

   Nach dem Garen ca. 5 Minuten stehen lassen.

Deutschland

Broccoli-Kartoffelauflauf mit Champignons

Gesamtgarzeit: ca. 36-39 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Runde Auflaufform (Durchm. 26 cm)

Zutaten

400	*g*	*Kartoffeln, geschält und evtl. halbiert*
400	*g*	*Broccoli, in Röschen*
6	*EL*	*Wasser (60 ml)*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
400	*g*	*Champignons, in Scheiben*
1	*EL*	*Petersilie, feingehackt*
		Salz
		Pfeffer
3		*Eier*
125	*ml*	*Sahne*
125	*ml*	*Milch*
		Salz
		Pfeffer
		Muskatnuss
100	*g*	*Gouda, frisch gerieben*

Zubereitung

1. Die Kartoffeln und den Broccoli in die Schüssel geben. Das Wasser zufügen und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.

   9-12 Min. 100 P

2. Die Kartoffeln in Scheiben schneiden.
3. Die Auflaufform einfetten. Den Broccoli, die Champignons und die Kartoffeln abwechselnd einschichten. Mit Petersilie bestreuen und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Die Eier mit der Flüssigkeit und den Gewürzen verrühren und über das Gemüse gießen. Den Auflauf mit dem Käse bestreuen und garen. (Das Rezept ergibt ca. 1,5 kg).

   GAR-AUTOMATIK NR. 5

   Den Auflauf nach dem Garen ca. 10 Min. stehen lassen.

Gemüse

Italien

Römische Artischocken

Carciofi alla Romana für 2 Portionen

Gesamtgarzeit: ca. 16-18 Minuten
Geschirr: Eine tiefe, oval Auflaufform mit Deckel (ca. 26 cm lang)

Zutaten

2		*Artischocken (800 g)*
1	*l*	*Wasser*
		Saft einer Zitrone
2		*Knoblauchzehen, zerdrückt*
1		*Bund Petersilie (10 g), gehackt*
10		*Blätter Minze, gehackt*
2	*EL*	*Semmelbrösel (20 g)*
5	*EL*	*Olivenöl (50 ml)*
		Salz
		schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
100	*ml*	*Olivenöl*
400	*ml*	*Wasser*
		schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
		Salz

Zubereitung

1. Die äußeren trockenen Blätter und die stacheligen Spitzen der Artischocken abschneiden. Die Stiele bis auf einen ca. 3 cm langen Stumpf abschneiden. Die Artischocken in eine Schale mit kaltem Wasser und Zitronensaft geben, damit sich die Schnittflächen nicht verfärben.
2. Den Knoblauch, die Petersilie, die Minze und die Semmelbrösel mit dem Olivenöl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Die Artischocken aus dem Wasser nehmen und trockentupfen. Die Blätter leicht auseinanderdrücken, so dass dazwischen eine Vertiefung entsteht. Das Stroh daraus entfernen. Etwas von der Füllung in die Vertiefung geben und andrücken. Die Blätter wieder zusammenfügen, damit die Füllung nicht herausfällt.
4. Die Artischocken in die Auflaufform geben. Das Öl zufügen und mit dem Wasser aufgießen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer und Salz bestreuen und abgedeckt garen.

16-18 Min.		100 P

Die Artischocken nach dem Garen ca. 2 Min. stehen lassen.

Deutschland

Gefüllte Tomaten auf Frühlingszwiebeln

Gesamtgarzeit: ca. 22-27 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (ca. 1 l Inhalt)
Flache ovale Auflaufform mit Deckel (ca. 26 cm lang)

Zutaten

½		*Bund Thymian (5 g)*
35	*g*	*Buchweizenkörner*
2	*EL*	*Butter oder Margarine (20 g)*
1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
2		*Knoblauchzehen, zerdrückt*
100	*ml*	*Gemüsebrühe*
1		*Bund frische Petersilie, glatt (10 g)*
100	*g*	*Gouda, im Stück*
		Salz
		schwarzer Pfeffer, gemahlen
4		*Fleischtomaten (600 g)*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
4-5		*Frühlingszwiebeln (150 g)*
1		*Bund Basilikum (10 g)*

Zubereitung

1. Den Thymian entstielen. Den Buchweizen waschen. Das Fett in der Schüssel verteilen. Die Zwiebelwürfel und den Knoblauch mit dem Buchweizen und dem Thymian in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

ca. 2 Min.		100 P

2. Das Ganze mit Brühe auffüllen und abgedeckt garen.

8-10 Min.		60 P

3. Die Petersilie entstielen und in feine Streifen schneiden. Vom Gouda 4 Scheiben abschneiden, den Rest würfeln. Petersilie und Käsewürfel unter den abgekühlten Buchweizen mischen und würzen.
4. Die Deckel der Tomaten abschneiden und das Fleisch herausnehmen. Den Buchweizen locker in die Tomaten füllen. Je eine Käsescheibe daraufegen und die Deckel aufsetzen.
5. Die Frühlingszwiebeln in schräge Scheiben schneiden. Den Basilikum entstielen.
6. Die Auflaufform mit der Butter einfetten. Die Zwiebeln, die Basilikumblätter und das Tomatenfleisch in der Form verteilen.
7. Die Tomaten auf die Zwiebeln setzen, abdecken und garen.

12-15 Min.		60 P

Die gefüllten Tomaten nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

Nudeln, Reis und Knödel

Italien

Tagliatelle mit Sahne und Basilikum

Tagliatelle alla panna e basilico *für 2 Portionen*

Gesamtgarzeit: ca. 15-21 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Runde Soufflèform (Durchm. ca. 20 cm)

Zutaten

1	*l*	*Wasser*
1	*TL*	*Salz*
200	*g*	*Tagliatelle (Bandnudeln)*
1		*Knoblauchzehe*
15-20		*Basilikumblätter*
200	*g*	*Rahm (Crème fraîche)*
30	*g*	*geriebener Parmesankäse*
		Salz
		Pfeffer

Zubereitung

1. Das Wasser mit dem Salz in die Schüssel geben, abdecken und zum Kochen bringen.

   8-10 Min. 100 P

2. Die Nudeln zufügen, nochmals ankochen und garziehen lassen.

   1-2 Min. 100 P
   6-9 Min. 20 P

3. In der Zwischenzeit die Soufflèform mit der Knoblauchzehe ausreiben. Die Basilikumblätter kleinschneiden. Etwas zur Garnierung beiseitestellen.
4. Die Nudeln gut abtropfen lassen. Den Rahm unterrühren und die Nudeln mit dem Basilikum bestreuen.
5. Den Parmesankäse, Salz und Pfeffer hinzufügen, in die Soufflèform füllen und umrühren. Das Gericht mit Basilikum garnieren und heiß servieren.

Deutschland

Zucchini-Nudel-Auflauf

Gesamtgarzeit: ca. 39-43 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Auflaufform (ca. 30 cm lang)

Zutaten

500	*ml*	*Wasser*
½	*TL*	*Öl*
		Salz
80	*g*	*Makkaroni*
400	*g*	*Tomaten, aus der Dose, zerkleinert*
3		*Zwiebeln (150 g), fein gehackt*
		Basilikum
		Thymian
		Salz
		Pfeffer
1	*EL*	*Öl zum Einfetten der Form*
450	*g*	*Zucchini, in Scheiben*
150	*g*	*Sauerrahm*
2		*Eier*
100	*g*	*geriebener Cheddar*

Zubereitung

1. Das Wasser, das Öl und das Salz in die Schüssel geben und abgedeckt zum Kochen bringen.

   3-5 Min. 100 P

2. Die Makkaroni in Stücke brechen, zugeben, umrühren und quellen lassen.

   9-11 Min. 30 P

   Die Nudeln abtropfen und abkühlen lassen.

3. Die Tomaten mit den Zwiebeln verrühren und gut würzen. Die Auflaufform einfetten. Die Makkaroni hineingeben und mit der Tomatensauce begießen. Die Zucchinischeiben darauf verteilen.
4. Den Sauerrahm mit den Eiern verschlagen und über den Auflauf gießen. Den geriebenen Käse darüberstreuen. Auf dem niedrigen Rost garen. (Das Rezept ergibt ca. 1,5 kg).

   GAR-AUTOMATIK NR. 5

   Den Auflauf nach dem Garen etwa 5-10 Minuten stehen lassen.

Sauce zu Nudeln

Sauce Bolognese

Gesamtgarzeit: ca. 12-17 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

30	*g*	*durchwachsener Speck*
100	*g*	*Champignons, fein gewürfelt*
½		*Zwiebel (25 g), fein gehackt*
1		*Möhre (50 g), fein gewürfelt*
50	*g*	*Sellerie, fein gewürfelt*
200	*g*	*Hackfleisch vom Rind*
100	*ml*	*Weißwein*
½		*Bund Petersilie (5 g), fein gehackt*
3	*EL*	*Tomatenmark (45 g)*
1	*Prise*	*Zucker*
1	*Prise*	*Muskatnuss*
		Salz
		Pfeffer

Zubereitung

1. Den Speck fein würfeln, mit dem Gemüse in die Schüssel geben, abdecken und dünsten.

   4-6 Min. 100 P

2. Das Gemüse pürieren. Das Rinderhack, den Wein, die Petersilie und das Tomatenmark dazugeben. Mit den Gewürzen abschmecken. Die Schüssel so abdecken, dass der Dampf entweichen kann. Die Sauce ankochen und garen.
   Zwischendurch einmal umrühren.

   4-5 Min. 100 P
   4-6 Min. 60 P

Nudeln, Reis und Knödel

Sauce zu Nudeln

Tomatensauce

Gesamtgarzeit: ca. 7½ Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

5-7		Tomaten (500 g)
1	EL	Butter oder Margarine
1		Zwiebel (50 g), fein gehackt
2	EL	Tomatenmark (30 g)
200	ml	Fleischbrühe
		Salz und Pfeffer
		Zucker, Oregano, Basilikum
2	EL	Butter oder Margarine (20 g)
2	EL	Mehl (20 g)

Zubereitung

1. Die Tomaten häuten und die Stängelansätze herausschneiden, entkernen und das Fleisch würfeln.
2. Die Butter in der Schüssel verteilen. Die Zwiebelwürfel hineingeben, abdecken und dünsten.

   ca. 1½ Min. | 100 P

3. Die Tomatenwürfel, das Tomatenmark und die Fleischbrühe zugeben, würzen, abdecken und dünsten.

   ca. 3 Min. | 100 P

4. Die Butter mit dem Mehl verkneten und mit einem Schneebesen in die Sauce rühren. Nochmals abgedeckt erhitzen. Zwischendurch und zum Schluss umrühren.

   ca. 3 Min. | 100 P

Sauce zu Nudeln

Gorgonzolasauce

Gesamtgarzeit: ca. 4½ Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)

Zutaten

200	g	Gorgonzola
150	ml	Sahne
ca. 1	EL	Saucenbinder, hell

Zubereitung

1. Den Gorgonzola zusammen mit der Sahne im Mixer oder mit dem Pürierstab des Handrührgerätes pürieren.
2. Die Mischung in die Schüssel füllen, abdecken und erhitzen.

   ca. 2 Min. | 60 P

3. Den Saucenbinder einrühren, abdecken und erhitzen.

   ca. 2½ Min. | 60 P

   Zum Schluss nochmals umrühren.

   Tipp:
   Die Sauce ist ausreichend für ca. 400 g Nudeln. Sehr gut geeignet sind Farfalle (schmetterlingsförmige Nudeln).

Österreich

Semmelknödel

5 Stück

Gesamtgarzeit: ca. 7-10 Minuten
Geschirr: 5 Tassen oder Puddingförmchen

Zutaten

2	EL	Butter oder Margarine (20 g)
1		Zwiebel (50 g), fein gehackt
ca. 500	ml	Milch
200	g	getrocknete Semmelwürfel (von ca. 5 Semmeln = Brötchen)
3		Eier

Zubereitung

1. Das Fett auf dem Boden der Schüssel verteilen, die Zwiebelwürfel zugeben, abdecken und dünsten.

   1-2 Min. | 100 P

2. Die Semmel in kleine Würfel schneiden mit der Milch begießen und 10 Minuten stehen lassen. Die Eier verschlagen.
3. Zwiebeln, Eier und die Semmeln gut verrühren, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Bei Bedarf etwas Milch zugeben.
4. Die Teigmasse gleichmäßig in 5 Tassen oder Puddingförmchen verteilen, mit Mikrowellenfolie abdecken, am Drehtellerrand anordnen und garen.

   6-8 Min. | 100 P

   Die Knödel nach dem Garen ca. 2 Min. stehen lassen. Vor dem Servieren die Knödel auf einen Teller stürzen.

Schweiz

Tessiner Risotto

Gesamtgarzeit: ca. 20-24 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

50	g	durchwachsener Speck
2	EL	Butter oder Margarine (20 g)
1		Zwiebel (50 g), fein gehackt
200	g	Rundkornreis (Arboris)
400	ml	Fleischbrühe
70	g	Sbrinz, gerieben, (ersatzweise geriebener Emmentaler Käse)
1	Pr.	Safran
		Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Den Speck würfeln. Die Butter auf dem Boden der Schüssel verstreichen. Die Zwiebel- und Speckwürfel hineingeben und abgedeckt andünsten.

   ca. 2 Min. | 100 P

2. Den Reis zugeben, mit der Fleischbrühe auffüllen, ankochen und garziehen lassen.

   3-5 Min. | 100 P
   15-17 Min. | 20 P

   Den Reis nach dem Garen ca. 3-5 Minuten stehen lassen.
3. Den Käse und den Safran untermischen und abschmecken.
   Tipp:
   Dazu passen geschmorte Pfifferlinge oder Champignons und ein gemischter Salat.

Nudeln, Reis und Knödel

Schweiz

Grießgnocchi

ergibt ca. 12-15 stück

Gesamtgarzeit: ca. 19-23 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Runde flache Auflaufform
(Durchm. ca. 26 cm)

Zutaten

250	*ml*	*Milch*
1	*TL*	*Butter oder Margarine*
1	*Pr.*	*Salz*
50	*g*	*Grieß*
1		*Eiweiß*
1		*Eigelb*
50	*ml*	*Rahm (Crème fraîche)*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
1	*EL*	*Butter oder Margarine*
30	*g*	*geriebener Sbrinz (ersatzweise geriebener Emmentaler)*

Zubereitung

1. Die Milch mit der Butter und dem Salz in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

ca. 3 Min.		100 P

2. Den Grieß zugeben, gut verrühren und abgedeckt ausquellen lassen. Zwischendurch einmal umrühren.

9-11 Min.		30 P

   Abkühlen lassen.
3. Das Eiweiß steifschlagen. Das Eigelb mit dem Rahm unter den Grieß rühren und den Eischnee unterheben.
4. Die Auflaufform einfetten. Mit zwei Suppenlöffeln Nocken abstechen und nebeneinander in die Form legen. Mit Butterflocken belegen und den Käse darüberstreuen. Auf dem hohen Rost gratinieren.

7-9 Min.		30 P

   Die Gnocchi nach dem Garen ca. 2 Min. stehen lassen.

   Tipp:
   Gnocchi werden als Hauptgericht serviert. Reichen Sie Spinat dazu.

Italien

Lasagne al forno

Gesamtgarzeit: ca. 23-25 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Flache, quadratische Auflaufform
(ca. 20x20x6 cm)

Zutaten

300	*g*	*Tomaten aus der Dose*
50	*g*	*Schinken, fein gewürfelt*
1		*Zwiebel (50 g), fein gehackt*
1		*Knoblauchzehe, zerdrückt*
250	*g*	*Hackfleisch vom Rind*
2	*EL*	*Tomatenmark (30 g)*
		Salz und Pfeffer
		Oregano, Thymian, Basilikum
150	*ml*	*Rahm (Crème fraîche)*
100	*ml*	*Milch*
50	*g*	*geriebener Parmesankäse*
1	*TL*	*gemischte gehackte Kräuter*
1	*TL*	*Olivenöl*
		Salz und Pfeffer
		Muskatnuss
1	*TL*	*Pflanzenöl zum Einfetten der Form*
125	*g*	*grüne Plattennudeln*
1	*EL*	*geriebener Parmesankäse (5g)*
1	*EL*	*Butter oder Margarine*

Zubereitung

1. Schneiden Sie die Tomaten in Scheiben, rühren Sie den Schinken, die Zwiebeln, den Knoblauch, und das Hackfleisch, sowie die Tomatensoße darunter. Würzen, abdecken unddämpfen, nach der Hälfte der Garzeit umrühren.

6-7 Min.		100 P

2. Den Rahm mit der Milch, dem Parmesankäse, den Kräutern und dem Öl verrühren und würzen.
3. Die Auflaufform fetten. Den Boden der Form mit einem Drittel der Nudelplatten auslegen. Die Hälfte der Hackfleischmasse auf die Nudeln geben und mit etwas Sauce begießen. Das zweite Drittel der Nudeln darüberlegen und nacheinander die Hackfleischmasse, etwas Sauce und die restlichen Nudeln obenaufschichten. Zum Abschluss die Nudeln mit viel Sauce bedecken und mit Parmesankäse bestreuen. Butterflöckchen obenaufsetzen und auf dem niedrigen Rost garen.

14-15 Min.		50 P/230°C
ca. 3 Min.		

   Die Lasagne nach dem Garen etwa 5 bis 10 Minuten ruhen lassen.

Kuchen, Brot, Desserts und Getränke

Deutschland

Grießflammeri mit Himbeersauce

Gesamtgarzeit: ca. 15-20 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

500	*ml*	*Milch*
40	*g*	*Zucker*
15	*g*	*Mandeln, gehackt*
50	*g*	*Grieß*
1		*Eigelb*
1	*EL*	*Wasser*
1		*Eiweiß*
250	*g*	*Himbeeren*
50	*ml*	*Wasser*
40	*g*	*Zucker*

Zubereitung

1. Milch, Zucker und Mandeln in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

   3-5 Min. | 100 P

2. Den Grieß hineingeben, umrühren und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.

   10-12 Min. | 20 P

3. Das Eigelb mit dem Wasser in einer Tasse verrühren und unter den heißen Brei rühren. Eiweiß steifschlagen und locker unterheben. Den Grießflammeri in Schälchen umfüllen.
4. Für die Sauce die Himbeeren waschen, vorsichtig trockentupfen und mit Wasser und Zucker in eine Schüssel geben. Abgedeckt erhitzen.

   2-3 Min. | 100 P

5. Die Himbeeren pürieren und entweder kalt oder heiß zum Grießflammeri servieren.

Frankreich

Birnen in Schokolade

Poires au chocolat

Gesamtgarzeit: ca. 8-13 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)

Zutaten

4		*Birnen (600 g)*
60	*g*	*Zucker*
1	*Pck.*	*Vanillezucker (10 g)*
1	*EL*	*Birnenlikör, 30 Vol.-%*
150	*ml*	*Wasser*
130	*g*	*Zartbitterschokolade*
100	*g*	*Rahm (Crème fraîche)*

Zubereitung

1. Die Birnen im Ganzen schälen.
2. Den Zucker, den Vanillezucker, den Likör und das Wasser in die Schüssel geben, verrühren und abgedeckt erhitzen.

   1-2 Min. | 100 P

3. Die Birnen in die Flüssigkeit setzen und abgedeckt garen.

   6-10 Min. | 100 P

   Die Birnen aus dem Sud nehmen und kalt stellen.

4. 50 ml von dem Birnensud in die kleinere Schüssel geben. Die zerkleinerte Schokolade und den Rahm zufügen und abgedeckt erhitzen.

   ca. 1 Min. | 100 P

5. Die Sauce gut umrühren. Die Birnen mit der Sauce übergießen und servieren.

   Tipp:
   Dazu kann noch eine Kugel Vanilleeis gereicht werden.

Österreich

Salzburger Nockerln

für 3 Portionen

Gesamtgarzeit: ca. 5-6 Minuten
Geschirr: Ovale flache Auflaufform (ca. 30 cm lang)

Zutaten

4		*Eiweiß*
1	*Pr.*	*Salz*
50	*g*	*Puderzucker*
1	*TL*	*Vanillezucker*
4		*Eigelb*
2	*EL*	*Mehl (20 g)*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
1	*EL*	*Puderzucker*

Zubereitung

1. Das Eiweiß mit dem Salz in einer weiten Schüssel zu sehr steifem Schnee schlagen. Den Puder- und Vanillezucker langsam einrieseln lassen und weiterschlagen.
2. Das Eigelb mit etwas Eiweiß verrühren und dann unter den Eischnee ziehen. Das Mehl darübersieben und ebenfalls unterheben.
3. Die Auflaufform einfetten. Den Teig dritteln und die drei Teile nebeneinander in die Auflaufform setzen. Die Nockerln sofort auf dem niedrigen Rost im vorgeheizten Gerät backen.

   5-6 Min. | 20 P/230°C

   Sofort mit Puderzucker bestäuben und heiß servieren.

Kuchen, Brot, Desserts und Getränke

Dänemark

Beerengrütze mit Vanillesauce

Rødgrød med vanilie sovs

Gesamtgarzeit: ca. 8-12 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)

Zutaten

150	*g*	*Johannisbeeren, rot, gewaschen und verlesen*
150	*g*	*Erdbeeren, gewaschen und verlesen*
150	*g*	*Himbeeren, gewaschen und verlesen*
250	*ml*	*Weißwein*
100	*g*	*Zucker*
50	*ml*	*Zitronensaft*
8		*Blatt Gelatine*
300	*ml*	*Milch*
		Mark einer ½ Vanilleschote
30	*g*	*Zucker*
15	*g*	*Speisestärke*

Zubereitung

1. Einige Früchte zum Garnieren zurückbehalten. Die restlichen Beeren mit dem Weißwein pürieren, in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

   5-7 Min. 100 P

   Den Zucker und den Zitronensaft unterziehen.

2. Die Gelatine in kaltem Wasser ca. 10 Minuten einweichen, danach herausnehmen und ausdrücken. Die Gelatine in das heiße Früchtepüree rühren, bis sie sich gelöst hat. Die Grütze in den Kühlschrank stellen und fest werden lassen.
3. Für die Vanillesauce die Milch in eine Schüssel geben. Die Vanilleschote aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Das Vanillemark, den Zucker und die Speisestärke in die Milch einrühren und abgedeckt garen. Zwischendurch und zum Schluss noch einmal umrühren.

   2½-3½ Min. 100 P

4. Die Grütze auf einen Teller stürzen und mit den ganzen Früchten garnieren. Die Vanillesauce dazu reichen.

   Tipp:
   Zur Beerengrütze schmeckt auch eisgekühlte Sahne oder Joghurt sehr gut.

Österreich

Quarkstrudel

Topfenstrudel

Gesamtgarzeit: ca. 17½-20 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)
Ovale flache Auflaufform (ca. 30 cm lang)

Zutaten

125	*g*	*Mehl*
1	*EL*	*Öl*
½		*Ei*
50	*ml*	*Wasser*
¼		*Mark einer Vanilleschote*
50	*g*	*Butter oder Margarine*
2		*Eigelb*
75	*g*	*Zucker*
250	*g*	*Quark (20 % F.i.Tr.)*
50	*ml*	*Sahne*
2		*Eiweiß*
		Mehl zum Bestäuben
40	*g*	*Butter oder Margarine*
20	*g*	*Semmelbrösel*
30	*g*	*Rosinen*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*

Zubereitung

1. Für den Teig das Mehl mit ½ EL Öl und dem Ei mit dem Knethaken des Handrührgerätes verkneten. Nach und nach so viel Wasser unterkneten bis ein glatter elastischer Teig entsteht, der aber nicht kleben soll. Den Teig mit dem restlichen Öl bestreichen.
2. Ein heißes, nasses Geschirrtuch über den Teig legen und 30 Minuten ruhen lassen.
3. Die Vanilleschote aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Die Butter, das Eigelb, den Zucker und das Vanillemark mit dem Handrührgerät cremig rühren. Den Quark und die Sahne unterrühren. Das Eiweiß steifschlagen und unterheben.
4. Ein trockenes Geschirrtuch mit Mehl bestäuben. Den Teig darauf hauchdünn ausrollen.
5. Die Butter in einer abgedeckten Schüssel schmelzen

   ca. ½-1 Min. 100 P

   Den Teig mit der Butter bestreichen und mit Semmelbrösel bestreuen. Die Quarkmasse darauf verstreichen und die Rosinen auf der Masse verteilen.

6. Den Teig mit Hilfe des Tuches vorsichtig aufrollen.
7. Die Form einfetten. Den Strudel mit der Nahtseite nach unten in die Form legen und auf dem niedrigen Rost im vorgeheizten Gerät backen.

   17-19 Min. 40 P/230°C

   Tipp:
   Der Strudel kann heiß oder kalt serviert werden. Dazu passt Vanillesauce.

Kuchen, Brot, Desserts und Getränke

Spanien

Weiße Pfirsichberge

Melocotones nevados — *ergibt ca. 8 Stück*

Gesamtgarzeit: ca. 6-7 Minuten
Geschirr: Runde flache Glasform (Durchm. ca. 24 cm)

Zutaten

470	g	*Pfirsichhälften, abgetropft, aus der Dose*
2		*Eiweiß*
35	g	*Zucker*
75	g	*gemahlene Mandeln*
35	g	*Zucker*
2		*Eigelb*
2	EL	*Cognac*
1	TL	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*

Zubereitung

1. Die Pfirsichhälften trockentupfen.
2. Das Eiweiß steifschlagen. Zum Schluss etwas Zucker einrieseln lassen.
3. Die Mandeln, den restlichen Zucker, das Eigelb und den Cognac miteinander verrühren.
4. Die Pfirsichhälften mit der Mischung füllen. Den Eischnee mit einem Spritzbeutel auf die Füllungen spritzen.
5. Die Form einfetten. Die Pfirsiche in die Backform setzen und auf dem niedrigen Rost gratinieren.

6-7 Min.		50 P

Schweden

Pistazienreis mit Erdbeeren

Pistaschris med zordgubbe

Gesamtgarzeit: ca. 23-26 Minuten
Geschirr: Hohe Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

125	g	*Langkornreis*
175	ml	*Milch*
175	ml	*Wasser*
1		*Vanilleschote*
1		*Prise Salz*
50	g	*Zucker*
250	g	*Erdbeeren*
40	g	*Zucker*
40	ml	*Cointreau (Orangenlikör, 40 Vol.-%)*
200	ml	*Sahne*
1		*Eiweiß*
50	g	*Pistazienkerne*

Zubereitung

1. Den Reis in die Schüssel geben und mit der Flüssigkeit auffüllen. Die Vanilleschote aufschlitzen, mit dem Salz und dem Zucker zum Reis geben und abgedeckt garen.

3-4 Min.		100 P
20-22 Min.		30 P

   Den Reis nach dem Garen ca. 5 Minuten stehen lassen.
2. Die Erdbeeren halbieren, mit Zucker und Orangenlikör mischen.
3. Die Vanilleschote aus dem Reis herausnehmen und den Reis im Wasserbad unter Rühren erkalten lassen. Die Sahne und das Eiweiß getrennt steifschlagen. Zuerst die Pistazien, dann die Sahne und zum Schluss das Eiweiß unter den kalten Reis heben.
4. Den Reis in einer großen Schüssel anrichten. Eine Vertiefung hineindrücken und die Erdbeeren in die Vertiefung legen.

Deutschland

Kirschenmichel

Gesamtgarzeit: ca. 16-18 Minuten
Geschirr: Hohe, runde Auflaufform (Durchm. ca. 20 cm)

Zutaten

4		*altbackene Brötchen (160 g)*
375	ml	*Milch*
60	g	*Butter oder Margarine*
8	EL	*Zucker (80 g)*
4		*Eigelb*
1	EL	*Mehl*
30	g	*gehackte Mandeln*
		abgeriebene Schale einer Zitrone
4		*Eiweiß*
1	TL	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
350	g	*Sauerkirschen aus dem Glas, abgetropft*
2	EL	*Semmelbrösel*
1	EL	*Butter oder Margarine*

Zubereitung

1. Die Brötchen in kleine Stücke schneiden und in der Milch einweichen.
2. Die Butter, den Zucker und das Eigelb mit einem Handrührgerät cremig schlagen. Das Mehl, die Mandeln, die Zitronenschale und die eingeweichten, ausgedrückten Brötchen zugeben und unterrühren.
3. Das Eiweiß steifschlagen und unterheben.
4. Die Form einfetten. Abwechselnd den Brötchenteig und die abgetropften Kirschen in die Auflaufform füllen. Die oberste Schicht besteht aus Teig.
5. Den Auflauf mit Semmelbrösel bestreuen und mit Butterflöckchen belegen.
   Auf dem niedrigen Rost vorgeheizten Gerät garen.

16-18 Min.		60 P/230°C

   Den Auflauf nach dem Garen etwa 5-10 Minuten stehen lassen.

Kuchen, Brot, Desserts und Getränke

Schweiz

Möhrentorte

Rueblitorte *ergibt ca. 16 Stück*

Gesamtgarzeit: ca. 24 Minuten
Geschirr: Runde Backform (Durchm. ca. 28 cm)

Zutaten

1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
5		*Eigelb*
250	*g*	*Zucker*
250	*g*	*Möhren, fein geraspelt*
		Saft einer Zitrone
250	*g*	*gemahlene Mandeln*
80	*g*	*Mehl*
1	*EL*	*Backpulver*
5		*Eiweiß*

Zubereitung

1. Die Form einfetten.
2. Das Eigelb und den Zucker mit einem Handrührgerät cremig schlagen. Die Möhren, den Zitronensaft und die Mandeln dazugeben. Das Mehl mit dem Backpulver mischen, zufügen und gut verrühren.
3. Das Eiweiß steifschlagen und vorsichtig unterheben. Den Teig in die Form füllen. Auf dem niedrigen Rost backen. (Das Rezepte ergibt ca. 1,1 kg).

GAR-AUTOMATIK NR. 6

4. Nach dem Backen 5 Min. in der Form auskühlen lassen.

Frankreich

Apfelkuchen mit Calvados

Tarte aux pommes avec calvados *ergibt ca.12-16 Stücke*

Gesamtgarzeit: ca. 26 Minuten
Geschirr: Springform (Durchm. ca. 28 cm)

Zutaten

200	*g*	*Mehl*
1	*TL*	*Backpulver*
100	*g*	*Zucker*
1	*Pck.*	*Vanillezucker*
1	*Pr.*	*Salz*
1		*Ei*
3-4	*Tropf.*	*Backöl Bittermandel*
125	*g*	*Butter*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
50	*g*	*gehackte Haselnüsse*
600	*g*	*Äpfel (Boskoop ca. 3-4 Stck.)*
		Zimt
2		*Eier*
1	*Pr.*	*Salz*
4	*EL*	*Zucker*
1	*Pck.*	*Vanillezucker*
4	*EL*	*Calvados (Apfelbranntwein)*
1½	*EL*	*Speisestärke*
125	*g*	*Créme double*
		Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung

1. Das Mehl mit dem Backpulver mischen. Zucker, Vanillezucker, Salz, das Ei, Bittermandelöl und Butter zufügen und mit den Knethaken eines Handrührgerätes zu einem Teig verkneten. Den Teig abdecken und ca. 30 Minuten kaltstellen.
2. Die Form einfetten, den Teig zwischen zwei Lagen Folie ausrollen und in die Form legen. Dabei einen ca. 3 cm hohen Rand formen.
3. Die Haselnüsse auf dem Teigboden verteilen.
4. Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. Apfelspalten dachziegelartig auf die Haselnüsse legen und dünn mit Zimt bestäuben.
5. Eier trennen. Das Eiweiß steif schlagen, dabei eine Prise Salz und 1 EL Zucker einrieseln lassen. Eigelb, restlichen Zucker und Vanillezucker schaumig schlagen. Calvados, Speisestärke und Créme double zufügen und unterschlagen. Den Eischnee unterheben und die Masse gleichmäßig auf den Apfelspalten verteilen. Auf dem niedrigen Rost backen. (Das Rezepte ergibt ca. 1,3 kg).

GAR-AUTOMATIK NR. 6

Tipp:
Den Kuchen in der Form auskühlen lassen und vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben.

Deutschland

Käsekuchen

ergibt ca. 12-16 Stück

Gesamtgarzeit: ca. 43-47 Minuten
Geschirr: Springform (Durchm. ca. 28 cm)

Zutaten

250	*g*	*Mehl*
1	*TL*	*Backpulver (3 g)*
125	*g*	*Butter oder Margarine*
30	*g*	*Zucker*
1		*Eigelb*
1-2	*EL*	*Wasser*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
750	*g*	*Quark, 20% F.i.Tr.*
300	*g*	*Zucker*
3		*Eigelb*
1	*Pck.*	*Vanillepuddingpulver (40 g)*
125	*ml*	*Milch*
		Saft einer ½ Zitrone
30	*g*	*Rosinen, gewaschen*
4		*Eiweiß*

Zubereitung

1. Das Mehl mit dem Backpulver mischen. Die Butter, den Zucker, das Eigelb und das Wasser zufügen und mit dem Knethaken eines Handrührgerätes zu einem Teig verkneten. Den Teig abdecken und 30 Minuten kaltstellen.
2. Die Form einfetten, den Teig ausrollen und in die Form legen. Den Rand leicht hochziehen. Mit der Gabel den Teig mehrmals einstechen und den Teig auf dem niedrigen Rost vorbacken.

11-13 Min.	30 P/230°C

3. Mischen Sie den Quark, Zucker, Ei, Puddingpulver, Milch, Zitronensaft und Rosinen.
4. Das Eiweiß steifschlagen und unterheben. Die Quarkmasse auf dem Teig gleichmäßig verteilen. Auf dem niedrigen Rost backen.

32-34 Min.	30 P/160°C

5. Den Käsekuchen abkühlen lassen und dann aus der Form lösen.

Kuchen, Brot, Desserts und Getränke

Frankreich

Birnenkuchen

Tarte aux poires — *ergibt ca. 12-14 Stück*

Gesamtgarzeit: ca. 18-21 Minuten
Geschirr: Runde Backform (Durchm. ca. 28 cm)
Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Kleine Schüssel mit Deckel

Zutaten

150	g	*Mehl*
75	g	*Butter oder Margarine*
30	g	*Puderzucker*
1	Pr.	*Salz*
1		*Ei*
1	TL	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
250	ml	*Milch*
1	Pr.	*Salz*
2		*Eigelb*
20	g	*Zucker*
½	Pck.	*Vanillezucker (5 g)*
1	EL	*Speisestärke*
540	g	*Birnen aus der Dose, abgetropft*
120	g	*Stachelbeergelee*
1	EL	*kandierte Früchte*
1	EL	*Mandelblätter*

Zubereitung

1. Das Mehl, die Butter, den Puderzucker, das Salz und das Ei mit dem Knethaken eines Handrührgerätes zu einem Teig verkneten. Abdecken und 30 Minuten kaltstellen.
2. Die Backform einfetten. Den Teig ausrollen und in die Form legen. Die Ränder etwas hochziehen. Den Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen. Auf dem niedrigen Rost backen.

14-16 Min.		20 P/230°C

3. Den Teig aus der Form nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.
4. Die Milch und das Salz in der Schüssel abgedeckt erhitzen.

ca. 2 Min.		100 P

5. Das Eigelb mit dem Zucker und dem Vanillezucker solange rühren, bis eine helle Creme entsteht. Die Stärke unterrühren. Die heiße Milch langsam dazugießen. Die Mischung in die Schüssel zurückgießen und abgedeckt garen. Zwischendurch und zum Schluss umrühren.

1-2 Min.		100 P

6. Den Teig mit der Creme bestreichen. Die abgetropften Birnen darauf verteilen. Das Stachelbeergelee in die kleine Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

ca. 1 Min.		100 P

7. Die Birnen damit beträufeln und mit den kandierten Früchten und Mandelblättchen garnieren.

Tipp:
Sie sollten den Boden erst kurz vor dem Servieren belegen, damit er nicht durchweicht.

Deutschland

Vierfruchttorte

ergibt ca. 12-16 Stück

Gesamtgarzeit: ca. 20-24 Minuten
Geschirr: Runde Obstbodenform (Durchm. ca. 28 cm)
Zwei Schüsseln mit Deckel (Inhalt 2 l)

Zutaten

75	g	*Butter oder Margarine*
75	g	*Zucker*
1	TL	*Vanilleessenz*
2		*Eier*
150	g	*Mehl*
1	TL	*Backpulver (3 g)*
4	EL	*Milch*
1	TL	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
150	g	*Marzipanrohmasse*
½	Pck.	*Vanillepuddingpulver (20 g)*
2	EL	*Zucker (20 g)*
250	ml	*Milch*
1		*Banane (100 g), in Scheiben*
50	g	*Weintrauben, halbiert, entkernt*
150	g	*Mandarinen, abgetropft, aus der Dose*
100	g	*Pfirsiche, abgetropft, aus der Dose, in Spalten*
1	Pck.	*Tortengusspulver (11 g), klar*
250	ml	*klarer Fruchtsaft*

Zubereitung

1. Die Butter, den Zucker, die Vanilleessenz und die Eier mit einem Handrührgerät ca. 3 Minuten cremig schlagen. Das Mehl mit dem Backpulver mischen. Abwechselnd das Mehl und die Milch unter die Buttermasse rühren.
2. Die Form einfetten und den Teig darin gleichmäßig verteilen. Den Teig auf dem niedrigen Rost backen.

13-15 Min.		20 P/230°C

Den Tortenboden aus der Form stürzen und abkühlen lassen.

3. Die Marzipanrohmasse zwischen zwei Folien in Größe des Tortenbodens ausrollen. Auf den Tortenboden legen.
4. Das Puddingpulver mit dem Zucker und der Milch in eine Schüssel geben. Klümpchenfrei verrühren, abdecken und garen. Zwischendurch und zum Schluss einmal umrühren.

ca. 3 Min.		100 P

5. Den Pudding auf den Tortenboden streichen. Das Obst darauf verteilen.
6. Das Tortengusspulver im Fruchtsaft auflösen, in die Schüssel geben und garen. Zwischendurch und zum Schluss gut umrühren.

4-6 Min.		40 P

Den Guss über den Früchten verteilen und abkühlen lassen.

Tipp:
Das Marzipan schmeckt besonders intensiv, wenn Sie die Torte ein paar Stunden stehen lassen.

Kuchen, Brot, Desserts und Getränke

Deutschland

Quarkblätterteig-Gebäck

ergibt ca. 12 Stück

Gesamtgarzeit: ca. 14-16 Minuten
Geschirr: Backblech (Durchm. ca. 30 cm)
Backpapier

Zutaten

200	*g*	*Mehl*
1	*TL*	*Backpulver (3 g)*
200	*g*	*Magerquark*
200	*g*	*Butter*
1	*Pr.*	*Salz*
		Marmelade für die Füllung
1		*Eiweiß*
1		*Eigelb*
1	*EL*	*Wasser*
		Puderzucker

Zubereitung

1. Das Mehl mit dem Backpulver mischen. Den Magerquark, die Butter und das Salz zufügen und mit dem Knethaken eines Handrührgerätes zu einem Teig verkneten. Den Teig abdecken und 30 Minuten kaltstellen.
2. Die Hälfte des Teiges auf bemehlter Arbeitsfläche ca. ½ cm dick ausrollen. Den Teig in 6 Quadrate schneiden (ca. 12x12 cm) und mit je einem Teelöffel Marmelade füllen.
3. Die Teigränder mit Eiweiß bestreichen und übereinanderklappen, so dass ein Dreieck entsteht.
4. Das Backblech mit Backpapier auslegen. Das Eigelb mit dem Wasser verrühren, die Teilchen damit bestreichen und auf das Backblech legen. Auf dem niedrigen Rost im vorgeheizten Gerät backen.

   14-16 Min. 230°C

   Nach dem Abkühlen mit Puderzucker bestäuben.

5. Die restlichen 6 Blätterteig-Quadrate vorbereiten und abbacken.

   Tipp:
   Probieren sie auch andere Füllungen aus wie z.B. Nuss, Mandel, Marzipan oder Quark, ganze Früchte, Kompott oder pikante Füllungen.

Österreich

Gugelhupf

ergibt ca. 16 Stück

Gesamtgarzeit: ca. 23 Minuten
Geschirr: Gugelhupfform (Durchm. ca. 22 cm)

Zutaten

1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
170	*g*	*Butter oder Margarine*
140	*g*	*Puderzucker*
4		*Eigelb*
40	*g*	*Mandelstifte*
40	*g*	*Rosinen, gewaschen etwas abgeriebene Zitronenschale*
4		*Eiweiß*
280	*g*	*Mehl*
1	*Pck.*	*Backpulver (15 g)*

Zubereitung

1. Die Gugelhupfform einfetten.
2. Die Butter und den Puderzucker mit einem Handrührgerät cremig schlagen. Nach und nach das Eigelb unterrühren. Die Mandelstifte, die Rosinen und die abgeriebene Zitronenschale zufügen. Gut verrühren.
3. Das Eiweiß steifschlagen und zufügen. Das Mehl und das Backpulver mischen, darübersieben und alles vorsichtig unterheben.
4. Den Teig in die Form geben und auf dem niedrigen Rost backen. (Das Rezepte ergibt ca. 0,9 kg).

   GAR-AUTOMATIK NR. 6

Spanien

Mandelkuchen

Tarta de almendras *ergibt ca. 12 Stück*

Gesamtgarzeit: ca. 26-30 Minuten
Geschirr: Springform (Durchm. ca. 24 cm)

Zutaten

2		*Blätterteigplatten (200 g), tiefgefroren*
1	*TL*	*Butter oder Margarine zum Einfetten der Form*
100	*g*	*Butter oder Margarine*
100	*g*	*Zucker*
		abgeriebene Schale einer Zitrone
4		*Eier*
½	*EL*	*Zimt*
200	*g*	*gemahlene Mandeln*

Zubereitung

1. Den Blätterteig nach Packungsanweisung auftauen. Die Form einfetten.
2. Den Blätterteig auf Springformgröße ausrollen und in die Form legen. Mit der Gabel mehrmals einstechen und auf dem niedrigen Rost im vorgeheizten Gerät vorbacken.

   8-10 Min. 230°C

3. Die Butter und den Zucker mit einem Handrührgerät cremig schlagen. Die Eier nach und nach zugeben und weiterschlagen. Die abgeriebene Zitronenschale und den Zimt zufügen. Nach und nach die Mandeln unterrühren.
4. Die Mandelmasse auf dem Blätterteig verteilen und auf dem niedrigen Rost backen.

   18-20 Min. 200°C

5. Mit Puderzucker bestreuen und servieren.

Kuchen, Brot, Desserts und Getränke

Spanien

Biskuitrolle "Arm des Zigeuners"

Brazo gitano — *ergibt ca. 8-10 Stück*

Gesamtgarzeit: ca. 13½-15½ Minuten
Geschirr: Quadratische Form (ca. 24x24 cm)
Backpapier
Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

3		*Eier*
90	g	*Zucker*
90	g	*Mehl*
1	TL	*Backpulver (3 g)*
250	ml	*Milch*
1		*Zimtstange*
		Schale einer Zitrone
75	g	*Zucker*
2	EL	*Speisestärke (20 g)*
2		*Eigelb*
2	EL	*Puderzucker (20 g)*

Zubereitung

1. Die Eier und den Zucker mit einem Handrührgerät cremig schlagen, bis Luftblasen aufsteigen. Das Mehl mit dem Backpulver mischen, darübersieben und vorsichtig unterheben.
2. Die Form mit Backpapier auslegen, den Teig einfüllen und auf dem niedrigen Rost im vorgeheizten Gerät backen.

   10-12 Min. — 20 P/200°C

3. Den Biskuitteig auf ein feuchtes mit Zucker bestreutes Geschirrtuch stürzen. Das Backpapier vorsichtig herunterziehen und den Teig sofort von einer Seite her mit dem Geschirrtuch aufrollen.
4. 200 ml Milch mit der Zimtstange, der Zitronenschale und dem Zucker in die Schüssel und abgedeckt erhitzen.

   ca. 2 Min. — 100 P

5. Die restliche Milch mit der Stärke und dem Eigelb verrühren. Die Zitrone und den Zimt aus der Milch nehmen und die Stärkemischung einrühren. Abdecken und garen. Zwischendurch und zum Schluss umrühren.

   ca. 1½ Min. — 100 P

6. Die Biskuitrolle wieder abrollen, mit der Creme bestreichen und vorsichtig aufrollen. Mit Puderzucker bestäuben.

Österreich

Linzer Bäckerei

ergibt ca. 70 Plätzchen

Gesamtgarzeit: ca. 8-10 Minuten
Geschirr: Rundes Backblech (Durchm. ca. 30 cm)
Backpapier

Zutaten

280	g	*Mehl*
210	g	*Butter*
100	g	*Zucker*
100	g	*Mandeln, ungeschält und gerieben*
1		*Eigelb*
25	ml	*Zitronensaft (½ Zitrone)*
		etwas Zimt

Zubereitung

1. Alle Zutaten zu einem Mürbeteig verkneten und eine halbe Stunde kaltstellen.
2. Den Teig ca. 3 mm dick ausrollen und runden Förmchen von ca. 5 cm Durchmesser ausstechen. Das Backblech mit Backpapier auslegen und 12 Plätzchen darauflegen. Das Blech auf den niedrigen Rost im vorgeheizten Gerät stellen und backen.

   8-10 Min. — 200°C

   Nach dem Backen die Plätzchen auskühlen lassen. Dann erst vom Papier nehmen.

3. Die nächsten 12 Plätzchen vorbereiten und abbacken usw.

   Tipp:
   Die Plätzchen sehen sehr dekorativ aus, wenn Sie sie zur Hälfte mit Zartbitterkuvertüre überziehen.

Österreich

Schokolade mit Sahne

Schokolade mit Schlagobers — *für 1 Portion*

Gesamtgarzeit: ca. 1 Minuten
Geschirr: Große Tasse (200 ml Inhalt)

Zutaten

150	ml	*Milch*
30	g	*Blockschokolade, geraspelt*
30	ml	*Sahne*
		Schokoladenstreusel

Zubereitung

1. Die Milch in die Tasse gießen. Die Blockschokolade, zur Milch geben, umrühren und erhitzen. Zwischendurch nochmals umrühren.

   ca. 1 Min. — 100 P

2. Die Sahne steifschlagen, auf die Schokolade geben und mit Schokoladenstreuseln garniert servieren.

Österreich

Wiener Milchkaffee

für 1 Portion

Gesamtgarzeit: ca. 1-1½ Minute
Geschirr: Große Tasse (200 ml Inhalt)

Zutaten

1		*Eigelb*
1	EL	*Zucker*
75	ml	*Milch*
75	ml	*Wasser*
2	TL	*löslicher Kaffee*
20	ml	*Rum*

Zubereitung

1. Alle Zutaten bis auf den Rum in die Tasse füllen und gut verrühren. Erhitzen und zwischendurch einmal umrühren.

   1-1½ Min. — 100 P

2. Den Rum in das heiße Getränk geben.

Kuchen, Brot, Desserts und Getränke

Niederlande

Feuertrunk

Vuurdrank *für 10 Portionen*

Gesamtgarzeit: ca. 8-10 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

500	*ml*	*Weißwein*
500	*ml*	*Rotwein, trocken*
500	*ml*	*Rum, 54 Vol.-%*
1		*unbehandelte Apfelsine*
3		*Stangen Zimt*
75	*g*	*Zucker*
10	*TL*	*Kluntjes (Kandiszucker)*

Zubereitung

1. Den Alkohol in die Schüssel gießen. Die Apfelsine dünn schälen, und die Apfelsinenschale mit dem Zimt und dem Zucker zum Alkohol geben. Den Feuertrunk abgedeckt erhitzen.

   8-10 Min. 100 P

   Die Apfelsinenschale und den Zimt herausnehmen. In die Groggläser jeweils einen Teelöffel Kluntjes geben, den Feuertrunk hineingießen und servieren.

Großbritannien

Himbeerkonfitüre

Raspberry Jam *für 30 Portionen*

Gesamtgarzeit: ca. 10-12 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Konfitürengläser
Einmachpapier

Zutaten

500	*g*	*Himbeeren*
250	*g*	*Gelierzucker (2:1)*

Zubereitung

1. Die Himbeeren waschen, vermischen und abgedeckt erhitzen.

   4-5 Min. 100 P

2. Umrühren und nochmals abgedeckt weiter garen.

   6-7 Min. 30 P

3. Die Konfitürengläser gründlich reinigen, die Konfitüre einfüllen und sofort mit Einmachpapier verschließen.

   Tipp:
   Sie können auch aufgetaute Tiefkühlfrüchte verwenden.

Schweiz

Apfel-Chutney mit Rosinen

für 30 Portionen

Gesamtgarzeit: ca. 22-28 Minuten
Geschirr: Schüssel mit Deckel (3 l Inhalt)
Kleine Einmach- oder Marmeladengläser,
Einmachpapier

Zutaten

4		*harte Äpfel (500 g), geschält und gewürfelt*
1		*Zucchini (200 g), gewürfelt*
3		*Zwiebeln (150 g), fein gehackt*
50	*g*	*Pflaumen, getrocknet und entsteint*
250	*g*	*Rosinen*
1	*TL*	*Wacholderbeeren*
		Salz
		schwarzer Pfeffer, gemahlen
150	*ml*	*Weißwein*
100	*ml*	*Apfelessig*
250	*g*	*Zucker*

Zubereitung

1. Alle Zutaten außer dem Zucker in eine Schüssel geben und abgedeckt erhitzen. Zwischendurch einmal umrühren.

   9-11 Min. 100 P

2. Den Zucker in die Früchte rühren und abgedeckt weitergaren.
   Zwischendurch und zum Schluss umrühren.

   3-5 Min. 100 P
   10-12 Min. 40 P

3. Die Gläser sorgfältig reinigen und abtrocknen. Das Chutney einfüllen und mit Einmachpapier verschließen.

   Tipp:
   Dieses Chutney passt hervorragend zu Fleischfondue, gegrilltem Fleisch und Reisgerichten.

TECHNISCHE DATEN

Stromversorgung		:	230 V, 50 Hz, Einphasenstrom
Sicherung/Sicherungsautomat		:	Mindestens 16 A
Leistungsaufnahme:	Mikrowelle	:	1,34 kW (konstant)
		:	1,88 kW (am Anfang)
	Grill	:	2,8 kW
	Grill/Mikrowelle	:	3,18 kW
	Heißluft	:	2,8 kW
	Heißluft/Mikrowlle	:	3,33 kW
	Off-Modus (Energiesparmodus)	:	weniger als 0.5W
Leistungsabgabe:	Mikrowelle	:	1050 W (IEC 60705)
	Grill Heizelemente	:	1300 W (650 W x2)
	Heißluft	:	1450 W
Mikrowellenfrequenz		:	2450 MHz (Gruppe 2/Klasse B) *
Außenabmessungen:	R-940	:	550 mm (B) x 368 mm (H) x 537 mm (T) **
	R-94ST	:	550 mm (B) x 368 mm (H) x 535 mm (T) **
Garraumabmessungen		:	375 mm (B) x 272 mm (H) x 395 mm (T) ***
Garrauminhalt		:	40 Liter ***
Drehteller		:	ø 362 mm, Keramik
Gewicht		:	20 kg
Garraumlampe		:	25 W/240 - 250 V

* Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen des europäischen Standards EN55011.
Das Produkt wird standardkonform als Gerät der Gruppe 2, Klasse B eingestuft.
Gruppe 2 bedeutet, dass das Gerät zweckbestimmt hochfrequente Energie in Form elektromagnetischer Strahlen zur Wärmebehandlung von Lebensmitteln erzeugt.
Gerät der Klasse B bedeutet, dass das Gerät für den Einsatz im häuslichen Bereich geeignet ist.

** In dieser Tiefenangabe wird die Tiefe des Türgriffs nicht berücksichtigt.

*** Der Garrauminhalt wird aus der max. gemessenen Breite, Tiefe und Höhe errechnet.
Die tatsächliche Aufnahmekapazität von Lebensmitteln ist jedoch geringer.

DIE TECHNISCHEN DATEN KÖNNEN JEDERZEIT OHNE ANGABE VON GRÜNDEN GEÄNDERT WERDEN, UM DEM TECHNISCHEN FORTSCHRITT RECHNUNG ZU TRAGEN.

(D) Entsorgungsinformationen für Benutzer aus Privathaushalten

Achtung:
Ihr Produkt trägt dieses Symbol.
Es besagt, dass Elektro- und Elektronikgeräte nicht mit dem Haushaltsmüll entsorgt, sondern einem getrennten Rücknahmesystem zugeführt werden sollten.

1. In der Europäischen Union

Achtung: Werfen Sie dieses Gerät zur Entsorgung bitte nicht in den normalen Hausmüll !
Gemäß einer neuen EU-Richtlinie, die die ordnungsgemäße Rücknahme, Behandlung und Verwertung von gebrauchten Elektro- und Elektronikgeräten vorschreibt, müssen elektrische und elektronische Altgeräte getrennt entsorgt werden.
Nach der Einführung der Richtlinie in den EU-Mitgliedstaaten können Privathaushalte ihre gebrauchten Elektro- und Elektronikgeräte nun kostenlos an ausgewiesenen Rücknahmestellen abgeben*.
In einigen Ländern* können Sie Altgeräte u.U. auch kostenlos bei Ihrem Fachhändler abgeben, wenn Sie ein vergleichbares neues Gerät kaufen.
*) Weitere Einzelheiten erhalten Sie von Ihrer Gemeindeverwaltung.
Wenn Ihre gebrauchten Elektro- und Elektronikgeräte Batterien oder Akkus enthalten, sollten diese vorher entnommen und gemäß örtlich geltenden Regelungen getrennt entsorgt werden.
Durch die ordnungsgemäße Entsorgung tragen Sie dazu bei, dass Altgeräte angemessen gesammelt, behandelt und verwendet werden. Dies verhindert mögliche schädliche Auswirkungen auf Umwelt und Gesundheit durch eine unsachgemäße Entsorgung.

2. In anderen Ländern außerhalb der EU

Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Gemeindeverwaltung nach dem ordnungsgemäßen Verfahren zur Entsorgung dieses Geräts.
Für die Schweiz: Gebrauchte Elektro- und Elektronikgeräte können kostenlos beim Händler abgegeben werden, auch wenn Sie kein neues Produkt kaufen. Weitere Rücknahmesysteme finden Sie auf der Homepage von www.swico.ch oder www.sens.ch.

• SEULEMENT VALIDE POUR L'ALLEMAGNE ET L'AUTRICHE • SLECHTS GELDIG VOOR DUITSLAND EN OOSTENRUK • • SOLTANTO VALIDO PER LA GERMANIA E L'AUSTRIA • SOLAMENTE VÁLIDO PARA ALEMANIA Y AUSTRIA • ONLY VALID FOR GERMANY AND AUSTRIA •

Vorgehensweise bei Vorliegen eines Produktmangels:

- **Wurde Ihr Gerät durch einen Fachbetrieb mit einem von Sharp genehmigten Einbaurahmen oder rahmenlos ein-/untergebaut, können Sie die unter Ziffer 1. aufgeführten Garantieansprüche im Rahmen des Quick 48 Vor-Ort-Service geltend machen und sich direkt an den KUNDEN-SERVICE wenden oder Sachmängel gegenüber Ihrem Verkäufer geltend machen.**
- **Für alle übrigen Geräte können Sie die unter Ziffer 2. aufgeführten Garantieansprüche ohne Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service oder Sachmängel gegenüber Ihrem Verkäufer geltend machen.**

DER SHARP KUNDEN-SERVICE
SHARP
QUICK 48
Mikrowellen Vor-Ort-Service
Sie erreichen die Service-Hotline:
montags bis freitags zwischen 8 und 18 Uhr
in Österreich: 0820 - 500 820 (€ 0,145/Min.)
in Deutschland: 0180 - 5 23 46 74
(0,14 €/Min. aus dem deutschen Festnetz,
max. 0,42 €/Min. aus dem deutschen Mobilfunknetz)

1. Garantie mit Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service

Gilt für Deutschland und Österreich

Haushalts-Mikrowellengeräte im Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service

Sehr geehrter Sharp Kunde,

alle ein-/ untergebauten Haushalts-Mikrowellengeräte, die durch einen Fachbetrieb fachgerecht mit einem von SHARP genehmigten Einbaurahmen oder rahmenlos ein-/ bzw. untergebaut worden sind, werden im Quick 48 Vor-Ort-Service abgewickelt. Die in dieser Garantie beschriebenen Ansprüche stehen Ihnen zusätzlich neben den gesetzlichen Sachmängelansprüchen gegen Ihren Verkäufer zu.

Umfang der Garantie: Sollte Ihr Mikrowellengerät trotz sorgfältiger Herstellung und Endkontrolle einen Mangel aufweisen, können Sie innerhalb der Garantiezeit, Garantieleistungen gegen Sharp Electronics (Europe) GmbH in Anspruch nehmen. Diese stehen Ihnen zu, wenn ein herstellungsbedingter Material- und/oder Verarbeitungsmangel (nachfolgend „Mangel") bei dem Mikrowellengerät oder Teilen davon - mit Ausnahme der Garraum-Glühlampe - innerhalb von 24 Monaten auftritt. Die Garantie umfasst nicht Mängel, die durch unsachgemäße Behandlung, Bedienungsfehler oder durch Fremdeinwirkung entstanden sind. Transportschäden bei Neugeräten müssen Sie bei Ihrem Verkäufer geltend machen. Die Garantiefrist von 24 Monaten beginnt mit dem Tag, an dem Sie das fabrikneue Gerät von einem Händler gekauft haben. Die Erbringung von Garantieleistungen verlängert nicht die Garantiezeit.

Garantieleistungen: Sharp Electronics (Europe) GmbH erfüllt seine Garantieverpflichtungen für Mängel durch kostenlose Reparatur und einen **Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service.** Etwa anfallende Transportkosten innerhalb Deutschlands und Österreich übernehmen wir.

Im Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service werden alle Reklamationen, die montags bis freitags zwischen 8:00 und18:00 Uhr beim Quick 48 Deutschland, **Tel.: 0180 / 5 23 46 74** *(0,14 € /Min. aus dem deutschen Festnetz, max. 0,42 € /Min. aus dem deutschen Mobilfunknetz) und in Österreich **Tel.: 0820 / 500 820** **(€ 0,145/Min) eingehen, ab dem darauffolgenden Werktag gerechnet, im Regelfall innerhalb 48 Stunden bei Ihnen im Vor-Ort-Service repariert.

Geltendmachung der Garantie: Der Mangel des Gerätes muss innerhalb der Garantiefrist unter Angabe des Kaufdatums, der Modellbezeichnung und der Seriennummer des Gerätes unter den oben aufgeführten Telefonnummern geltend gemacht werden. Bei der Vor-Ort-Reparatur ist dann der Kaufbeleg, aus dem sich das Kaufdatum, die Modellbezeichnung und die Seriennummer des Gerätes ergibt, vorzulegen.

Achtung:
Wird dieser Service für von Ihnen selbst ein-/untergebaute Geräte in Anspruch genommen, sind für Aus-/und Einbau, Fahrzeit und Km die entstehenden Kosten von Ihnen zu tragen!
Bitte erkundigen Sie sich vor Anforderung des Kundendienstes bei diesem über die anfallenden Kosten. Den für Sie nächstgelegenen Kundendienst nennt Ihnen gern unsere o.g. Hotline.

Als Nachweis für Sachmängel-/ Garantiearbeiten dient Ihr Kaufbeleg / Rechnung.

Selbstverständlich können Sie unseren QUICK 48 Vor-Ort-Service für Mikrowellengeräte auch nach Ablauf der Verjährungsfristen für Sachmängel-/Garantiefristen in Anspruch nehmen, dann jedoch gegen Aufwandsberechnung des jeweiligen Kundendienstes.

Garantiegeber: SHARP Electronics (Europe) GmbH, Sonninstraße 3, 20097 Hamburg
www.sharp.de

• SEULEMENT VALIDE POUR L'ALLEMAGNE ET L'AUTRICHE • SLECHTS GELDIG VOOR DUITSLAND EN OOSTENRUK • • SOLTANTO VALIDO PER LA GERMANIA E L'AUSTRIA • SOLAMENTE VÁLIDO PARA ALEMANIA Y AUSTRIA • ONLY VALID FOR GERMANY AND AUSTRIA •

Vorgehensweise bei Vorliegen eines Produktmangels:

- **Wurde Ihr Gerät durch einen Fachbetrieb mit einem von Sharp genehmigten Einbaurahmen oder rahmenlos ein-/untergebaut, können Sie die unter Ziffer 1. aufgeführten Garantieansprüche im Rahmen des Quick 48 Vor-Ort-Service geltend machen und sich direkt an den KUNDEN-SERVICE wenden oder Sachmängel gegenüber Ihrem Verkäufer geltend machen.**
- **Für alle übrigen Geräte können Sie die unter Ziffer 2. aufgeführten Garantieansprüche ohne Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service oder Sachmängel gegenüber Ihrem Verkäufer geltend machen.**

2. Garantie ohne Quick 48 Stunden Vor-Ort-Service

Gilt für Deutschland und Österreich

Haushalts - Mikrowellengeräte

Wichtiger Endkunden – Hinweis: Serviceabwicklung nur über den Verkäufer. Die in dieser Garantie beschriebenen Ansprüche stehen Ihnen zusätzlich neben den gesetzlichen Sachmängelansprüchen gegen Ihren Verkäufer zu.

Sehr geehrter SHARP Kunde,

SHARP- Geräte sind Markenartikel, die mit Präzision und Sorgfalt nach modernen Fertigungsmethoden hergestellt werden. Bei sachgemäßer Handhabung und unter Beachtung der Bedienungsanleitung wird Ihnen Ihr Gerät lange Zeit gute Dienste leisten. Das Auftreten von Fehlern ist aber nie auszuschließen. Sollte Ihr Gerät innerhalb der gesetzlichen oder mit Ihrem Verkäufer vereinbarten Verjährungsfristen für Sachmängel-/ Garantiefristen einen Mangel aufweisen und das Gerät wurde **nicht von Ihrem Handelspartner ein-/untergebaut,** so wenden Sie sich bitte an den Verkäufer, bei dem Sie das Gerät erworben haben und geben Sie das defekte Gerät dort ab, denn dieser ist Ihr Ansprechpartner für Sachmängel.

Umfang der Garantie: Sollte Ihr Mikrowellengerät trotz sorgfältiger Herstellung und Endkontrolle einen Mangel aufweisen, können Sie innerhalb der Garantiezeit, Garantieleistungen gegen Sharp Electronics (Europe) GmbH in Anspruch nehmen. Diese stehen Ihnen zu, wenn ein herstellungsbedingter Material- und/oder Verarbeitungsmangel (nachfolgend „Mangel") bei dem Mikrowellengerät oder Teilen davon - mit Ausnahme der Garraum-Glühlampe - innerhalb von 24 Monaten auftritt. Die Garantie umfasst nicht Mängel, die durch unsachgemäße Behandlung, Bedienungsfehler oder durch Fremdeinwirkung entstanden sind. Transportschäden bei Neugeräten müssen Sie bei Ihrem Verkäufer geltend machen. Die Garantiefrist von 24 Monaten beginnt mit dem Tag, an dem Sie das fabrikneue Gerät von einem Händler gekauft haben. Die Erbringung von Garantieleistungen verlängert nicht die Garantiezeit.

Garantieleistung:

Sharp Electronics (Europe) GmbH erfüllt seine Garantieverpflichtung für Mängel nach seiner Wahl durch kostenlose Reparatur oder durch Austausch des mangelhaften Gerätes gegen ein mangelfreies. Etwa anfallende Transportkosten innerhalb Deutschlands und Österreich werden von uns übernommen.

Geltendmachung der Garantie:

Um die Garantie in Anspruch nehmen zu können, benötigen Sie den Kaufbeleg (Rechnung, Quittung) aus dem sich das Kaufdatum, die Modellbezeichnung und Seriennummer des Gerätes ergibt. Der Mangel des Gerätes muss innerhalb der Garantiefrist von Ihnen gegenüber einem Sharp Service-Partner oder einem autorisierten Händler von Sharp Electronics (Europe) GmbH geltend gemacht werden. Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte von montags bis freitags zwischen 8:00 und 18:00 Uhr an **unsere Service-Hotline 01805-29 95 29 *** (0,14 € /Min. aus dem deutschen Festnetz, max. 0,42 € /Min. aus dem deutschen Mobilfunknetz)

Selbstverständlich können Sie unseren Kundendienst für Sharp-Mikrowellengeräte auch nach Ablauf der Verjährungsfristen für Sachmängel-/Garantiefristen in Anspruch nehmen, dann jedoch gegen Aufwandsberechnung des jeweiligen Kundendienstes.

Garantiegeber: SHARP Electronics (Europe) GmbH, Sonninstraße 3, 20097 Hamburg
www.sharp.de

• ADRESSES D'ENTRETIEN • ONDERHOUDSADRESSEN • CENTRI DI ASSISTENZA • DIRECCIONES DE SERVICIO •

BELGIUM - http://www.sharp.be
En cas d´une réclamation concernant une four a micro-onde SHARP, nous vous prions de vous adresser à votre spécialiste ou à une adresse des SHARP Services suivantes.
Indien uw magnetron problemen geeft kunt u zich wenden tot uw dealer of een van de onderstaande Sharp service centra.

SHARP ELECTRONICS, Phone: 0900-10158
AVTC, Kleine Winkellaan 54,1853 Strombeek-Bever, 02/2674019 / **ETS HENROTTE**, Rue Du Campinaire 154, 6240 Farciennes, 071/396290 / **Nouvelle Central Radio (N.C.R)**, Rue des Joncs 15 L-1818 HOWALD, 00352404078 / **Service Center Deinze**, Kapellestraat, 95, 9800 DEINZE, 09-386.76.67

NEDERLAND - http://www.sharp.nl
Indien uw magnetron problemen geeft kunt u zich wenden tot uw dealer of naar onderstaand Sharp Service Centrum.

SHARP ELECTRONICS BENELUX BV,- Helpdesk -,Postbus 900, 3990 DW Houten, 0900-7427723

FRANCE - http://www.sharp.fr centralized hotline = 0820 856 333
En cas de réclamation pour les fours micro-ondes SHARP, nous vous prions de vous adresser à votre spécialiste ou à l'une des stations techniques agréées SHARP suivantes:

A.A.V.I. : Rue des Bourreliers – Parc des Pyramides – ZAC Moulin Lambin 2 - 59320 Hallennes Lez Haubourdin ; Tél : 0892 236 246 ; Fax : 03.20.86.20.60 / **ATELIER ROUSSEL :** 12, Bld Flandre Dunkerque - 56100 Lorient ; Tél : 02.97.83.07.41 ; Fax : 02.97.87. 02.36 / **MONSIEUR SAV :** 8 Av Noel Franchini – 20090 AJACCIO ; Tel : 04.95.23.67.63 ; Fax 04.95.23.67.67 / **ELECTRONIC SERVICE PLUS :** 5, bd LOUIS XI - ZI le Menneton - 37000 Tours ; Tél : 02.47.77.90.90 ; Fax : 02.47.77.90.91 / **ELECTRO SERVICE :** 21, rue de Mulhouse - B.P 122 - 68313 Illzach ; Tél : 0820 20 10 15 ; Fax : 03.89.50.80.14 / **ELECTRO TECH :** 26, Rue Cyrano - 69003 Lyon ; Tel: 0892 691 032 ; Fax: 04 72 33 18 90 / **M.R.T. :** 1-3, rue André CITROEN - 72000 Le Mans ; Tél : 02 22 66 50 20 ; Fax : 02 22 66 50 21 / **SETELEC :** 23, Rue de l'Argilière - 76420 Bihorel les Rouen ; Tél : 02.35.60.64.39 ; Fax : 02.35.59.93.48 / **S.T.E. :** 3, chemin de l'Industrie - 06110 Le Cannet Rocheville ; Tél : 04.93.46.05.00 ; Fax : 04.93.46.51.18 / **TECH SERVICE :** 15, rue du château de Ribaute - ZA Ribaute 2 - 31130 Quint Fonsegrives ; Tel: 05.62.57.63.90 ; Fax: 05.62.57. 63.99 / **TIMO VIDEO :** 6, avenue des boutons d'or - Batiment A -Parc d'activité des petits carreaux - 94370 Sucy en Brie ; Tél : 01.43.39.08.18 ; Fax : 01.43.39.08.07

ESPANA - http://www.sharp.es customer service department telephone: 902 10 13 88
En caso de una reclamación con vuestra SHARP Microwave, preguntan por favor la casa dónde han comprado su máquina o infórmanse en una de las SHARP Service casas siguientes.

ANDALUCIA: JEREZ DE LA FRA.; ELECTR. Y CLIMAT. JEDA, Pintor Paco Toro, 5 Tel.: 956 33 64 99 / **CADIZ; J. J. COLLADO NORIEGA**, Pza. de los Porches, 6, L-G-1 Tel.: 856 17 21 75 / **CORDOBA; CAYRO**, Hermano Juan Fdez, 15 Tel.: 957 26 35 06 / **CORDOBA (PUENTE GENIL); GEISHA ELECTROCASH**, S.L, Avda. poeta Manuel Reina, 86 Tel.: 987 60 57 23 / **SERPRIEGO DE CORDOBA; SERPRIEGO, S. L.**, San Luis, 4 Bjo. Izda Tel.: 95 754 15 11 / **GRANADA; FERMASA**, Azorín, 7 Tel.: 958 25 64 77 / **GRANADA; SERVIGON**, Hospital de la Virgen 22 Tel.: 958 20 52 81 / **ALMUÑECAR; SERVICOSTA, S. L.**, Pza. Dr. Alvarez Riosol, 1bj Tel.: 958 63 11 43 / **HUELVA; AIRSEXT HUELVA, S. L.**, Paseo de la Glorieta, 6 Tel.: 959 22 88 13 / **HUELVA; TELEJARA**, Polig. Polirrosa, C/A, Nave 27 Tel.: 959 22 60 74 / **JAEN; ELECTRO HIMEGA, S. A.**, Adarves Bajos, 4 C Tel.: 953 24 22 56 / **LINARES; LORENZO MARTINEZ OSUNA**, Don Luis, 10 Tel.: 953 69 52 03 / **ALHAURIN DE LA TORRE; REMEDIOS CAMARGO ESPADA**, C/ Junco, 5 Tel.: 952 41 33 93 / **SEVILLA; LUIS RIVAS CALDAS**, Res.I Los Milanos-3a fase, núm. 41 Tel.: 95 451 73 55 / **SEVILLA; INTERSAT REPARACIONES.**, Beethoven, 5 Tel.: 95 443 02 26 / **ECIJA; AGASOLAR**, Merinos, 15A Tel.: 95 483 04 72 / **MAIRENA DEL AJARAFE; VILLASANTE GARCIA JOAQUIN**, Pablo Neruda, 5, (SEVILLA) Tel.: 95 417 06 24 / **CANTILLANA; SERIVEN CANTILLANA**, Juan XXIII, 60 Tel.: 95 573 11 69 / **DOS HERMANAS; ELECTRO 93 S. L.**, Melliza, 1-3 Tel.: 95 566 48 56

ARAGON: ZARAGOZA; RENALES SABATER JAVIER, Florentino Ballesteros, 17 Tel.: 976 59 01 28

ASTURIAS: OVIEDO Y GIJON; PRINCIPADO CAMILO, Avda. Santander, 12 Bajos Tel.: 985 21 28 65

BALEARES: PALMA; INSTALACIONES MAES, Son Nadal, 63B Tel.: 971 24 91 16

CANTABRIA: SANTANDER; ELECTRONICA SEYMA, Camilo Alonso Vega, 48 Tel.: 942 32 50 60

CASTILLA LA MANCHA: ALBACETE; PARREÑO S. T., Franciscanos, 40 Tel.: 967 23 96 68 / **MOTA DEL CUERVO (CUENCA); SERVI-TRASGU**, Alfareria, 12 Tel.: 967 18 10 50 / **CIUDAD REAL; ELECTRONICA JOPAL**, Zarza,2 Tel.: 926 25 68 10 / **TOLEDO; ELECTRONICA JOPAL**, Av. Purísima Concepción, 31 Tel.: 925 25 04 42 / **FUENSALIDA; ELECTRO SERVICE**, Calvo Sotento, 15 Tel.: 925 73 07 85 / **TALAVERA DE LA REINA; SERVIELECTRO**, Ntla. Sra. De la Piedad, 6 Tel.: 925 81 91 81

CASTILLA Y LEON: AVILA; ANTONIO SAN SEGUNDO, Soria, 6 Tel.: 920 22 33 21 / **LEON; TECNYSER ELECTRO, S. L.**, Relojero Losada, 25 Tel.: 987 22 77 87 / **LEON; PROSAT**, Pza. Doce Martires, 5 Tel.: 987 20 34 10 / **OLVEGA (SORIA); TECO ELECTRONICA**, Reyes Catolicos, 1 Tel.: 976 64 58 54 / **VALLADOLID; TEODORO NEGRO**, Glorieta del Descubrimiento, 4 Tel.: 983 39 17 81

CATALUÑA: BARCELONA; 4 EN 1 REPARACIONES, Taquígrafo Martí, 19 Tel.: 93 430 97 26 / **BARCELONA; DOMOTICA**, Ada. Diagonal, 296 Tel.: 93 244 88 66 / **TERRASSA; ASISTEL STORY, S. L**, Pedrell, 9 Bjos Tel.: 93 789 96 47 / **MALGRAT DE MAR; SERVEI TECNIC JOYMA**, Avda. Virgen de Montserrat, 19 Tel.: 93 765 36 33 / **MANRESA; ELDE**, Bruc, 55 Tel.: 93 872 85 42 / **VILAFRANCA DEL PENEDES; FRED VILAFRANCA**, Progrès 42 Tel.: 93 8904852 / **VIC; SERVEIS ASS.T. JUVANTENY**, Nou, 109-111 Tel.: 93 886 20 23 / **IGUALADA; JACINTO SANCHEZ NARVAEZ**, Clavells, 6 Tel.: 93 805 40 32 / **TREMP; JORDI DURO FORT**, Industria, 6-3 Tel.: 973 65 25 15 / **TARRAGONA; SERTECS, S. C.**, Caputxins, 22 Tel.: 977 22 18 51 / **CALAFELL; MANE GRIFOLLS. S.C.P.**, Jesus, 21 Tel.: 977 69 18 01 / **REUS; EURO TECNICS**, Monasterio de Poblet, 4 Tel.: 977 32 24 89 / **TORTOSA; ELECTRO SERVEI, C. B.**, Passeig Moreira, 10 Tel.: 977 51 04 42 / **GERONA; SUREDA I ASSOCIATS**, Francesc Artau, 2 Tel.: 972 23 65 88 / **PALAFRUGELL; NEW MARESA**, SURERA BERTAN 23 Tel.: 972 30 44 54

EXTREMADURA: ALMENDRALEJO; INDALECIO AMAYA, Carreras, 11 Tel.: 924 67 75 17 / **PUEBLA SANCHO PEREZ; ELECTRONICA CENTENO**, Avda. de Zafra, Bl. 1 Tel.: 924 55 27 03 / **CACERES; TECNOSATV**, Bellavista, 2 Bjo Tel.: 927 24 11 68

GALICIA: CEE; RAMSAT, Avda. Finisterre, 117-B Tel.: 981 74 74 61 / **SANTIAGO DE COMPOSTELA; VICTOR PEREZ QUINTELA**, Entrerios, 35 Tel.: 981 58 43 92 / **BURELA; S. T. PASFER**, Avda. Arcadio Pardiñas, 77 bj Tel.: 696 17 86 45 / **PONTEVEDRA; MONT. Y SERV. TECN. IMASON**, Loureio crespo, 43 Tel.: 986 84 16 36 / **VIGO; ALVIMO, S. A.**, Conde de Torrecederia, 92 Tel.: 986 29 93 01 / **LUGO; PROSAT.**, Obispo Rouco Varela, 52-54, Bjo. Tel.: 982 51 22 35

LA RIOJA: LOGROÑO; ROBERTO AGUADO GIL, C/. Velez de Guevara, 26 Bjo Tel.: 941 25 25 53

• ADRESSES D'ENTRETIEN • ONDERHOUDSADRESSEN • CENTRI DI ASSISTENZA • DIRECCIONES DE SERVICIO •

ALCORCÓN; UGENASA, La Canaleja, 4 Tel.: 91 611 52 51

MURCIA: MURCIA; ELECTROSERVICIOS SEBA, Isaac Albeniz, 4 bjos. Tel.: 968 29 85 93 / **MURCIA; ELECT. SERV. PLAZA**, Sierra de Peñarrubia, 7 Tel.: 968 27 40 14 / **MURCIA; ANGEL LOPEZ ALCARAZ**, Sierra del Espartal, 6 (Edif. Ana) Tel.: 968 29 39 10 / **CARTAGENA; R.E.G, C.B.**, Ramon y Cajal, 27 Tel.: 968 51 00 06 / **LORCA; JOSE LUIS HARO CALVO**, La Seda, 8 Edif. Las Terrazas Tel.: 968 47 18 79

NAVARRA: PAMPLONA; ALEXSU TECNOTRADE, S.L., C/ Ciudad de Sueca, 10 (bajo) Tel.: 948 14 47 00

PAIS VASCO: BILBAO; DANIEL NEGREDO, Padre Pernet, 8 Tel.: 94 411 22 82 / **PORTUGALETE; ONOFRE COLLANTES**, Ortuño Alango, 7 Tel.: 94 483 21 22 / **ERANDIO; TELNOR**, Plaza Juanene, 5 Tel.: 94 417 04 97

COMUNIDAD DE VALENCIA: ALICANTE; JOAQUIN SAEZ, Escorpión, 6-8 Tel.: 96 528 73 33 / **ALICANTE; LUIS SOLER REQUENA**, Sto. Domingo, 16 Bjo Tel.: 965 92 02 95 / **ALCOY; IMECLIMA, S,L**, Cavaller Merita, 21 Tel.: 96 554 21 10 / **ELCHE (ALICANTE); TRINITARIO GEA, C. B.**, Jaime Pomares Javaloyes, 47 Tel.: 96 545 56 25 / **ORIHUELA; ELECTROSERV. PLAZA**, Monseñor Espinosa, 3 Tel.: 96 674 18 67 / **SAX; E. ELECTROSAX, S.L.**, Rio Turia, 1 Bjos. Tel.: 96 547 42 32 / **ALTEA; MIQUEL REIG**, Camí del Pontet, 6 Tel.: 965 84 08 34 / **TORREVIEJA; MATEO BELDA, S.L**, Concordia, 120 Tel.: 96 670 49 78 / **CASTELLON; ASISTE, S. L.**, Avda. Valencia, s/n Pol. "Los Cipresses", Nave 19 Tel.: 964 21 57 69 / **GANDIA; TECNITOT REPARACIONES I MANTENIMENTS, S.L**, C/ Primer de Maig, 51 Tel.: 96 286 04 69

SWITZERLAND - http://www.sharp.ch

Sharp Electronics (Schweiz) AG, Moosstrasse 2, CH-8803 Rüschlikon, +41 1 846 61 11

SWEDEN - www.sharp.se Helpdesk 013 35 39 00

Assist Workshop Linköping, Roxviksgatan 8, 582 73 Linköping, 013-35 62 50 / **Tomi Elektronik**, Svandammsplan 2, 126 47 Hägersten, 08 18 61 70 / **Tv Trim**, St Pauligatan 37, 416 90 Göteborg, 031-84 72 00

NORWAY - www.sharp.no Helpdesk +46 13 35 39 00

Service Eksperten, Trondheimsvn 436B, N-0962 Oslo, 22 90 19 30

ICELAND

Ormsson, Sidumuli 9, 108 Reykjavik, 533 28 00

DENMARK - www.sharp.dk Helpdesk +46 13 35 39 00

Assist Workshop Linköping, Roxviksgatan 8, 582 73 Linköping, Sweden +46 13 35 62 50.

SUOMI - www.sharp.fi Helpdesk 09 14 61 500

Theho Video Oy, Niittyläntie 3, SF-0620 Helsinki, 09 14 61 500

SHARP

SHARP ELECTRONICS (Europe) GmbH
Sonninstraße 3, D-20097 Hamburg
Germany

TCADCB079WRRZ-H11

Gedruckt in Thailand
Imprimé au Thaïlande
Gedrukt in Thailand